



أشهر وأحب كتب تعليمية ، وأوسعها انتشاراً

سلاح التلميز

منذ عام ١٩٦٠

5

الصف الخامس الابتدائي
الفصل الدراسي الثاني



المهارات المهنية

بداخل الكتاب: ملحق المراجعة والاختبارات والإحيات



المحتويات



الصحة والسلامة للجميع

المحور الثالث



- الموضوع الأول: بدائل اللحوم ٦
- الموضوع الثاني: الوجبات السريعة والعادات الغذائية غير الصحية ١٠
- الموضوع الثالث: المقيص المدرسي ١٤
- الموضوع الرابع: الشراب الطبيعي والصناعي ١٨
- الموضوع الخامس: جولة داخل مصنع شراب الفاكهة ٢٣
- الموضوع السادس: اللبن ٢٦
- الموضوع السابع: سلامة الطعام وحفظه ٣٠
- الموضوع الثامن: تقادي المخاطر أثناء العمل ٣٥
- الموضوع التاسع: الإسعافات الأولية وحالات الطوارئ ٣٩
- شخصيات مصرية مؤثرة د. محمد أحمد غنيم ٤٣
- المستكشف النشط لويز إيمانويل مابولو ٤٤
- أسئلة الكتاب المدرسي ٤٨
- تدريبات سلاح التلميذ المتنوعة على المحور الثالث ٤٩
- اختبارات سلاح التلميذ على المحور الثالث ٥٢

الرؤية الفنية للعالم

المحور الرابع



- الموضوع الأول: تصميم وتنسيق حديقة ٥٦
- الموضوع الثاني: تصميم العلامات التجارية وطرق عرض السلع ٦١
- الموضوع الثالث: عناصر العرض المسرحي ٦٦
- الموضوع الرابع: فن التطريز ٧١
- شخصيات مصرية مؤثرة نجيب محفوظ ٧٥
- المستكشف النشط د. توتيلو مودومبا ٧٦
- أسئلة الكتاب المدرسي على المحور الرابع ٨١
- تدريبات سلاح التلميذ المتنوعة على المحور الرابع ٨٢
- اختبارات سلاح التلميذ على المحور الرابع ٨٥
- المراجعة العامة ٨٨
- مشروع الفصل الدراسي الثاني ٩٠
- المهام الأدائية ٩٢
- اختبارات شهر فبراير لبعض المحافظات ٩٤
- اختبارات شهر مارس لبعض المحافظات ٩٧
- اختبارات سلاح التلميذ على الفصل الدراسي الثاني ١٠٠
- اختبارات بعض المحافظات على الفصل الدراسي الثاني ١١٠
- الإجابات النموذجية ١٢٠



الصحة والسلامة للجميع

سنسلط الضوء في هذا المحور على:



- العادات الواجب اتباعها للحفاظ على صحتنا وسلامتنا.
- فوائد الأنظمة الغذائية المتوازنة.
- البدائل النباتية للحوم ومقارنتها باستهلاك الوجبات السريعة.
- طرق عرض الطعام وتخزينه وحفظه بشكل آمن وسليم.
- اللبن وأهميته للتغذية.
- كيفية تصنيع شراب الفاكهة الطبيعي والصناعي.
- طرق تجنب الإصابة أثناء ممارسة أعمال النجارة والطلاء.
- كيفية التعامل مع حالات الطوارئ وتقديم الإسعافات الأولية اللازمة.



أهداف الموضوع  في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادرًا على أن:

- يحدّد أمثلة عن البروتينات الحيوانية والبدائل النباتية.
- يخطّط لتناول وجبة نباتية صحيّة.
- يختار بعض الأطعمة الجديدة التي لم يتناولها من قبل.

لنتفاعل معًا 

- ما الأطعمة التي تتناولها باستمرار؟ وأي منها نباتي؟

لنتعلّم 

- بدائل اللحوم.

النظام الغذائي المتوازن

- يُعتبَر النظام الغذائي المتوازن أساس الجسم الصحي والعقل السليم.
- تتطلّب الوجبة المغذية خيارات متوازنة بين البروتين النباتي والحيواني فبعض الأشخاص تفضّل تناول البروتينات الحيوانية بينما البعض الآخر يُفضّل تناول البروتينات النباتية فقط.
- يُنصَح أن يحتوي النظام الغذائي المتوازن على:

٢- الخضراوات الورقية الخضراء

- تساعد في السيطرة على ضغط الدم.
- تنظّم عمل الجهاز الهضمي.
- تقي من هشاشة العظام وفقر الدم.
- تساعد على الاسترخاء.



١- الفواكه والخضراوات

- مصدر ممتاز للألياف والمعادن والفيتامينات.
- تساعد على عملية الهضم.
- تقلل من مخاطر الإصابة بأمراض القلب.



٣. البروتينات

تنقسم إلى بروتينات حيوانية وبدائل نباتية

البروتينات الحيوانية:

- يُقبل العديد من الأشخاص على تناولها لمذاقها الشهوي ومحتواها الغني بالبروتينات.

أمثلتها:

- اللحوم، المأكولات البحرية، البيض، ومنتجات الألبان.

أضرارها:

- تحتوي على دهون غير صحية والإكثار منها يمكن أن يُسبب:

- زيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والسمنة المفرطة.

- الأثر الضارّ على المدى الطويل.



البدائل النباتية (بدائل اللحوم):

- تحتوي على نسبة بروتين أقل من البروتين الموجود في المنتجات الحيوانية، ولكنها توفر عناصر غذائية إضافية

لا توجد في المُنتجات الحيوانية، مثل:

البقوليات

- أفضل مصدر للبروتين النباتي.

- توفر دهونًا صحية ومواد تُسمّى مضادات الأكسدة التي تساعد على تقليل الالتهابات.



الحبوب

- تحتوي على نسبة عالية من البروتين والألياف.

- تحتوي على فيتامينات ومعادن ومضادات أكسدة.



المكسرات

- مصدر جيد للبروتين.

- تشمل الفيتامينات والأملاح المعدنية والدهون الصحية والألياف ومضادات الأكسدة.



الخضراوات

- تحتوي على نسبة منخفضة من البروتين لكنها توفر الفيتامينات

والمعادن والألياف.





الأشخاص النباتيون

- هم أشخاص يختارون بدائل نباتية عوضاً عن البروتينات الحيوانية، وينقسمون إلى:
- النباتيون المتوازنون** : الأشخاص الذين لا يأكلون اللحوم، ولكنهم يأكلون البيض ومنتجات الألبان والعسل.
- النباتيون الصُرف** : الأشخاص الذين لا يأكلون منتجات من أي مصدر حيواني.

لنستكشف



- يُقنع عمر صديقه بتناول البروتينات النباتية بدلاً من البروتينات الحيوانية، اختر سبب ذلك:
 - تُسبب السمّة المفرطة. ()
 - تُسبب الضرر على المدى الطويل. ()
 - تساعد على عملية الهضم. ()
 - تُسبب الإصابة بأمراض القلب. ()

لنراجع



- ١- ما البروتينات النباتية التي تتناولها؟ حدد أيًا منها تريد استبداله ببروتينات حيوانية.
- ٢- حدد نوعًا من الأطعمة التي تفضلها، ثم اذكر هل يمكن استبداله ببدايل اللحوم؟ وضح إجابتك.
- ٣- هل أنت نباتي أم نباتي صُرف؟ هل تفكر في اتباع أحد هذين الخيارين؟ ولماذا؟ برّر إجابتك.

نتعلم من خلال التطبيق

- بعد أن تعرّفت على الفرق بين الطعام النباتي المتوازن والطعام النباتي الصُرف، قم بإعداد قائمة طعام لكل نوع منها تشمل العناصر الغذائية الآتية:

البروتينات

الحبوب الكاملة

الفواكه والخضراوات



مكسرات



بيض



ذرة



خبز الشوفان



فراولة



كوسة

قائمة طعام نباتية صُرف

قائمة طعام نباتية متوازنة

اختبر نفسك على الموضوع الأول

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- تُعتبر الخضراوات الورقية الخضراء نوعًا من البروتين الحيواني. ()
- ٢- الوجبة الغذائية الصحية لا بُدَّ أن تحتوي على البروتين الحيواني والنباتي. ()
- ٣- الأشخاص النباتيون المتوازنون يأكلون منتجات الألبان. ()
- ٤- مكسرات البندق من البدائل النباتية التي تُعتبر مصدرًا جيدًا للبروتين. ()
- ٥- تحتوي المُنتجات الحيوانية على دهون غير صحيّة. ()

٢ اذكر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- تُعدُّ أفضل مصدر للبروتين النباتي.
 أ الخضراوات ب البقوليات ج اللحوم د الألبان
- ٢- الإفراط في تناول يُسبب أمراض القلب.
 أ الفاكهة ب البروتينات النباتية ج البقوليات د البروتينات الحيوانية
- ٣- الوجبة النباتية الصُرْف يمكن أن تحتوي على
 أ اللحوم ب الأرز ج الدجاج د البيض
- ٤- تُعتبر من البدائل النباتية.
 أ اللحوم المشوية ب المكسرات ج الأسماك المقلية د الأجبان البيضاء
- ٥- تناول الخضراوات الورقية الخضراء يساعد على الشعور بـ
 أ الاسترخاء ب الحزن ج الغضب د التوتر

٣ أكمل العبارات الآتية ممّا بين القوسين:

(البقوليات - المنتجات الحيوانية - النباتيون الصُرْف - البدائل النباتية)

- ١- تحتوي على دهون غير صحيّة.
- ٢- تُعتبر من البدائل النباتية المفيدة للجسم.
- ٣- الأشخاص الذين لا يأكلون منتجات من أي مصدر حيواني هم

٤ فكّر ثمّ أجب عمّا يأتي:

١- ما المقصود بالنباتيين المتوازنين؟

٢- ما الأطعمة التي تساعد على تنظيم الجهاز الهضمي والسيطرة على ضغط الدم؟



الوجبات السريعة والعادات الغذائية غير الصحيّة

الموضوع الثاني

أهداف الموضوع  في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادرًا على أن:

- يحدّد الوجبات السريعة المعتادة.
- يصف بعض التأثيرات السلبية للوجبات السريعة.
- يناقش كيف تؤثر عمليات التسويق في خيارات الناس للوجبات السريعة.



لنتفاعل معًا

- ما الأطعمة السريعة المفضّلة لديك؟ وما شعورك بعد تناولها؟

لنتعلّم

- ارتفاع تكلفة الوجبات السريعة.

الوجبات السريعة

• خصائصها

- وجبات سريعة التحضير وطعمها رائع، مثل: البطاطس المقلية والبيتزا.

• أضرارها

- تحتوي على نسبة عالية من السكّريات والدهون.
- تحتوي على الطاقة العالية (أي السعرات الحرارية) وهي مقياس الطاقة الذي يمثّلها الغذاء).
- تسبّب ضررًا على صحّة الإنسان مع مرور الوقت.

• طرق التسويق للوجبات السريعة

- نشاهد إعلانات الوجبات السريعة على شاشات التلفزيون وعلى الإنترنت وفي المجلات.
- يظهر الطعام في هذه الإعلانات رائعًا وشهيًا.
- يظهر الأشخاص في هذه الإعلانات مبتهجين، فتظهر الإعلانات ممتعة.

• كيفية اختيار الوجبات الصحيّة

- يجب اختيار الوجبات التي تحتوي على نسبة منخفضة من الطاقة والدهون والسكّر والملح.
- التفكير في الأطعمة الصحيّة التي يمكن أن نتناولها بدلًا من الوجبات السريعة.

ما الطعام المفيد لصحتك من القوائم الآتية؟

- يجب أن يشتمل الطعام المفيد لصحتك على الوجبات الثلاث الرئيسية (الإفطار، الغداء، العشاء والوجبات الخفيفة)؛ حيث إن الوجبات السريعة تحتوي على طاقة عالية لكنها لا تشبعك طوال اليوم.

قائمة طعام ليوم كامل

الإفطار

بيضتان - خبز



الغداء

محشي - ملوخية - كشري



العشاء

فول مدمس - فاكهة



وجبة سريعة

ساندويتش برجر



بطاطس



مشروب غازي كبير



لنستكشف

• ابحث على شبكة الإنترنت عن مقالات صحفية ومعلومات عن التأثيرات السلبية للوجبات السريعة.

لنراجع

- ١- ما سبب تفضيل الناس لتناول الوجبات السريعة؟
- ٢- هل تناول الوجبات السريعة بشكل دائم أمر سيئ؟ ولماذا؟ ما النتائج المحتملة لاتباع عادات غذائية غير صحية؟
- ٣- في رأيك، ما مقدار الدور الذي يؤديه التسويق في إقناع الناس بتناول الوجبات السريعة؟



نتعلم من خلال التطبيق

- تناول الوجبات السريعة بشكل مستمر هو من العادات الغذائية غير الصحية التي يجب تجنبها. ما العادات غير الصحية التي تمارسها من القائمة الآتية؟ وكم مرة تقوم بها؟

تناول الأطعمة المقلية

- يؤدي إلى أمراض القلب والسكتة الدماغية.
- يؤدي إلى السمنة لأنها تحتوي على سعرات حرارية أكثر من الأطعمة غير المقلية.

أفعل ذلك:

كثيرًا ☐ غالبًا ☐ أحيانًا ☐
تقريبًا ☐ أبدًا ☐



تناول وجبات غذائية تحتوي على كمية كبيرة من الدهون والمواد الحافظة

- النظام الغذائي الذي يحتوي على كميات كبيرة من الدهون والمواد الحافظة يُعد سببًا رئيسيًا في الإصابة بالسمنة.

- تناول كميات كثيرة من نوع واحد من الطعام وكميات أقل بكثير من الوجبات الصحية يضرّ بالجسم.

أفعل ذلك:

كثيرًا ☐ غالبًا ☐ أحيانًا ☐
تقريبًا ☐ أبدًا ☐



شرب المشروبات الغازية

- يؤدي إلى السمنة لأنها تحتوي على نسبة عالية من السكريات.
- يتسبب في أمراض القلب وفقدان الكالسيوم مما يؤدي إلى هشاشة العظام.
- يزيد من فرص الإصابة بداء السكري.
- يؤدي إلى تسوس الأسنان.

أفعل ذلك:

كثيرًا ☐ غالبًا ☐ أحيانًا ☐
تقريبًا ☐ أبدًا ☐



شرب الشاي بعد الأكل مباشرة

- يؤدي إلى صعوبة في عملية الهضم.
- يؤدي إلى قلة امتصاص الحديد بالجسم مما يُسبب الإصابة بفقر الدم (الأنيميا).

أفعل ذلك:

كثيرًا ☐ غالبًا ☐ أحيانًا ☐
تقريبًا ☐ أبدًا ☐



اخبر نفسك على الموضوع الثاني

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- الوجبات السريعة تحتوي على نسبة كبيرة من الدهون. ()
- ٢- شُرب الشاي بعد الأكل مباشرة يسبب الإصابة بالأنيميا. ()
- ٣- تحتوي الوجبات السريعة على سرعات حرارية منخفضة. ()
- ٤- يُفضل تناول الأطعمة المقلية لأنها صحيّة. ()
- ٥- يوجد العديد من البدائل الصحيّة التي يمكن تناولها بدلاً من الوجبات السريعة. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- تُعتبر مقياس الطاقة الذي يمدنا بها الغذاء.
 أ الطاقة الحرارية ب النسبة المئوية ج السرعات الحرارية د درجة الحرارة
- ٢- يظهر الأشخاص في إعلانات الوجبات السريعة وهم
 أ سعداء ب جائعون ج غاضبون د متعبون
- ٣- تحتوي الوجبات على الكثير من السرعات الحرارية.
 أ الصحيّة ب المشوية ج المسلوقة د السريعة
- ٤- يجب اختيار الوجبات التي تحتوي على نسبة من الدهون والسكر والملح.
 أ منخفضة ب عالية ج ضخمة د متوسطة
- ٥- تناول وجبات تحتوي على نسبة عالية من يضر بصحة الإنسان.
 أ الألياف ب الفيتامينات ج الكالسيوم د الدهون

٣ أكمل العبارات الآتية ممّا بين القوسين:

(القلب - الوجبات السريعة - الفيتامينات - الشاي - البيترزا)

- ١- لا يُفضل شُرب بعد الأكل مباشرة.
- ٢- تُعدّ من الوجبات السريعة.
- ٣- تناول الأطعمة المقلية يُؤدّي للإصابة بأمراض
- ٤- تحتوي على نسبة مرتفعة من الطاقة والدهون والسكر.

٤ فكر ثمّ أجب عمّا يأتي:

١- لماذا يحب الناس تناول الوجبات السريعة؟

٢- كيف يتم الترويج للوجبات السريعة؟



المقصف المدرسي

الموضوع الثالث

في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادرًا على أن:

- يصف كيف يتم عرض السلع أو البضائع داخل مقصف المدرسة.
- يصف كيف يتم تخزين السلع والبضائع في مقصف المدرسة بشكل آمن وسليم.
- يعطي توصيات لتطبيق احتياطات السلامة عند تخزين الطعام في مقصف المدرسة.



- اشرح طرق التخزين الفعالة للسلع أو البضائع في مقصف المدرسة. ما الذي أعجبك؟

لنتعلم



- الطعام الجيد شكلًا ومذاقًا.

وجبات غذائية مدرسية سليمة ورائعة

- تُعد من الأمور الصحية المهمة للتلاميذ داخل المدرسة.
- تمدّ التلاميذ بما يحتاجونه من النشاط والطاقة طوال اليوم وتساعدهم على التفكير الإبداعي.

دور العاملين في مقصف المدرسة

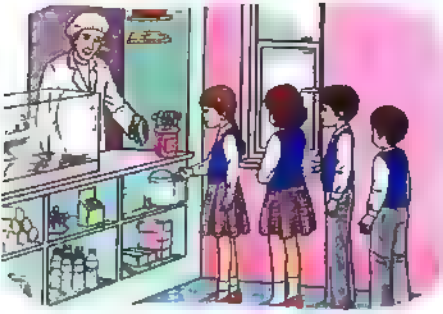
العمل على التأكد من عرض الطعام بشكل لائق للنظر.

عرض المعلومات المتعلقة بكل وجبة بطريقة واضحة لجذب انتباه التلاميذ.

وضع صور لشهادات الصحة وسلامة الطعام والعاملين في المقصف لضمان جودة الخدمة.

ترتيب الرفوف بطريقة مرتبة ومنظمة لجعل الطعام يبدو شهياً ومرغوباً فيه.

استخدام اللافتات والصور في عرض المكونات الصحية الطازجة (الطماطم الطازجة والبقودونس وغيرها) يُعدّ أمرًا ضروريًا لجذب الانتباه.



تقديم الوجبات داخل المقصف

- تُقدَّم في أطباق ملوَّنة وتُغلَّف بطريقة تجذب انتباه التلاميذ.
- تُقدَّم هذه الوجبات ساخنة، باردة، أو مغلَّفة.
- يجب الحفاظ على الوجبات في درجة حرارة مناسبة لضمان سلامتها.

تخزين الوجبات

- يجب أن يتم تخزين الطعام بشكل آمن وسليم لحمايته من البكتيريا والجراثيم عن طريق استخدام:

خزائن ذات واجهة زجاجية لحماية الطعام من الهواء والحشرات.

أوعية للأطعمة الساخنة وأخرى للأطعمة الباردة.

ورق التغليف أو الأكياس لحفظ أصناف الطعام المختلفة.

أدوات حفظ مخصصة للأطعمة غير المعبأة.

فصل الأطعمة النيئة عن الأطعمة المطهية لضمان سلامة الأغذية.

- ضع علامة (✓) أمام الطرق السليمة لعرض وتخزين البضائع داخل مقصف المدرسة:

- ١- تقديم الطعام دون تغليف. ()
- ٢- وضع البضائع على أرفف نظيفة وبطريقة منظّمة. ()
- ٣- تخزين الطعام في أكياس مخصصة للتخزين. ()
- ٤- وضع البضائع تحت أشعة الشمس الحارّة. ()

المراجعة

- ١- حدّد بعض الأطعمة التي يحب التلاميذ تناولها في مقصف المدرسة. كيف تؤثر طريقة عرضها في خيارات التلاميذ؟
- ٢- ما أهميّة تخزين الطعام في مقصف المدرسة بشكل سليم؟
- ٣- هل يتعارض تخزين الطعام بشكل مناسب مع عرضه بشكل لافت للنظر؟

نتعلم من خلال التطبيق

- بعد أن تعرّفت على طريقة عرض الطعام والبضائع بشكل لافت للانتباه في مقصف المدرسة، أمامك ٣ قوائم من المواد في المقصف المدرسي:
- القائمة الأولى: أطعمة طازجة (ساندويتش بالخس والطماطم والخيار).
- القائمة الثانية: مستلزمات دراسية (أقلام، دفاتر، مقص، أدوات هندسية).
- القائمة الثالثة: مواد غذائية معبأة (مياه معدنية، عصير طبيعي، شوكولاتة ويسكويت).
- أكمل العبارات الآتية بما يناسب حفظ المواد المذكورة في القوائم السابقة بشكل صحيح:
- (تغليف - المياه - النظافة)

- ١- يجب تخزين القائمة (٢) في
- ٢- يجب محتويات القائمة (١) حتى لا يتعرّض للتلوث.
- ٣- يجب إبعاد محتويات القائمة (٢) عن حتى لا تتلف.

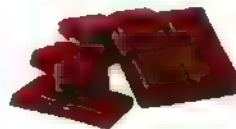
قائمة (٢)



قائمة (١)



قائمة (٣)



اجتبر نفسك على الموضوع الثالث

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- يمكن حفظ الأطعمة النيئة مع الأطعمة المطهية في نفس الوعاء. ()
- ٢- عرض الطعام بشكل جذاب يحتاج إلى بعض التفكير الإبداعي. ()
- ٣- يتم تخزين جميع أنواع السلع بنفس الشكل والطريقة. ()
- ٤- وجود الشهادة الصحية للمُقَصِّف غير ضرورية. ()
- ٥- ترتيب الرفوف بشكل جذاب أحد الطرق الناجحة لعرض السلع. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- عرض الطعام في خزائن ذات واجهة يحمي الطعام من الحشرات.
أ خشبية ب زجاجية ج مكشوفة د حديدية
- ٢- يجب استخدام لحماية الطعام بشكل صحي.
أ ورق الجرائد ب ورق المجلات ج أكياس القمامة د أكياس التغليف
- ٣- تقديم الطعام في أطباق ملوّنة يعمل على الانتباه.
أ جذب ب تشتيت ج توزيع د تفريق
- ٤- يجب أن تكون صور الأطعمة معروضة على جدران المُقَصِّف المدرسي.
أ الفاسدة ب غير الصحية ج الصحية د الضارة
- ٥- يجب الاحتفاظ بالطعام في درجة حرارة عند تخزينه في مُقَصِّف المدرسة.
أ عالية ب منخفضة ج الغليان د مناسبة

٣ أكمل العبارات الآتية ممّا بين القوسين:

(لافت - عبوات - الحشرات - الإبداعي - الشهادة الصحية)

- ١- التفكير يساعد على عرض الطعام بشكل جذاب وسليم.
- ٢- يجب على العاملين في المُقَصِّف عرض الطعام بشكل للنظر.
- ٣- خزائن الطعام ذات الواجهة الزجاجية تحمي الطعام من التعرّض لـ
- ٤- للحفاظ على الأطعمة في المُقَصِّف المدرسي، يجب تخصيص منفصلة للمأكولات الساخنة والباردة.

٤ فكر ثمّ أجب عمّا يأتي:

١- لماذا تُعتبر الوجبة المدرسية مهمّة للتلاميذ؟

٢- لماذا يجب تقديم الطعام في أطباق ملوّنة؟



الشراب الطبيعي والمصنع

الموضوع الرابع

في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادرًا على أن:

- يعطي أمثلة عن الشراب الطبيعي الذي يُستخدم في المشروبات.
- يوضّح الفرق بين الشراب الطبيعي والشراب الصناعي.
- يقارن بين القيمة الغذائية للشراب الطبيعي والشراب الصناعي.



• ما أشهر المشروبات التي بنكهة الفاكهة والزهور في مصر؟ ومن أين تحصل عليها؟



• مشروبات البُرْتُقَال المختلفة.

• تنقسم العصائر إلى عصائر طبيعية أو صناعية:

- العصائر الطبيعية (الطازجة والمعلّبة): مصنوعة من عصير الفاكهة المركز أو خلاصة الزهور والسكر.
- العصائر الصناعية: فهي مصنوعة من مادة ملوّنة صحّية ولا تحتوي على فاكهة أو زهور طبيعية.

أنواع الشراب



١- الشراب الطبيعي الطازج

- شراب معصور مباشرة من الفاكهة.
- يحتوي على أجزاء من الفاكهة.
- له مذاق الفاكهة الطازجة.

٢- الشراب الطبيعي المعلب

- مصنوع من عصير الفاكهة، والسكر، والماء، والمواد الحافظة.
- لونه مشابه للون الشراب الطبيعي الطازج.
- لا يحتوي على أجزاء من الفاكهة.
- مذاقه كمذاق الفاكهة ولكنه ليس طازجًا.



٣- الشراب الصناعي



- لا يحتوي على عصير الفاكهة.
- يحتوي على ماء، سكر، لون صناعي، نكهة صناعية، ومواد حافظة.
- رائحته وطعمه لا يشبهان رائحة وطعم الفاكهة الطبيعية.
- مذاقه سكري جدًا وله نكهة الفاكهة وشكله سائل صافٍ فاتح اللون.

لاحظ أن

الناس يضيفون الماء إلى العصائر لصنع الشراب في المنزل.

مراحل تصنيع الشراب الصناعي من المعمل إلى الزجاجة

١ تبدأ العملية بزراعة الفاكهة أو الزهور في المزارع.



٢ تُباع الفاكهة والزهور في الأسواق.

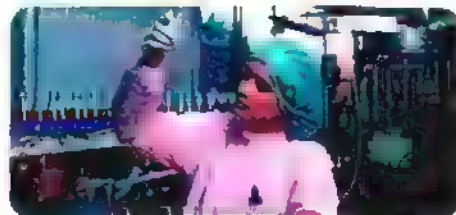


٥ - تُصنع النكهات الصناعية في المعمل باستخدام مواد

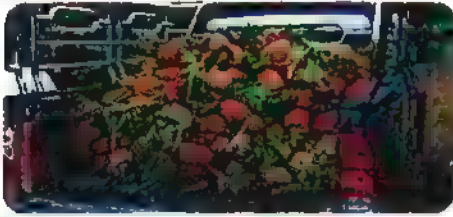
كيميائية موجودة بشكل طبيعي في الفاكهة والزهور.

- تُعتبر النكهة الصناعية أرخص ثمنًا من العصير

الطبيعي.

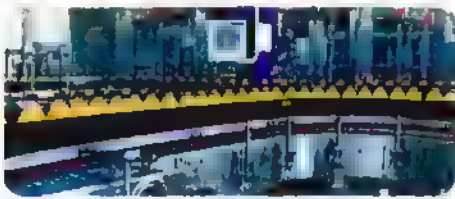


٢ تُنقل المحاصيل ويتم بيعها أو تحويلها إلى عصير.



٤ تقوم المصانع بمعالجة العصير النقي والشراب

الطبيعي أو العناصر المركزة والشراب الصناعي



٦ تتم معالجة العصائر والمشروبات المركزة؛ بحيث

يمكن تخزينها لفترة طويلة.



كيف يمكن تصنيع العصير من الزهور؟

يمكن صنع الشراب الطبيعي بمزج الفاكهة مع السكر والماء أو بنقع الزهور في الماء مع السكر.



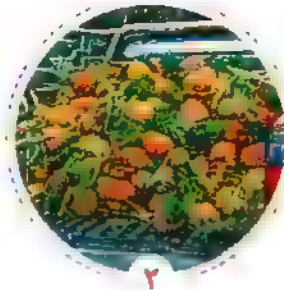
٤

تُعصر بعض الفاكهة مباشرة وتُحوّل إلى عصير.



٣

تُباع بعض الفاكهة والزهور في الأسواق.



٢

تُنقل لبيعها أو تحويلها لعصير.



١

تُزرع الفاكهة أو الزهور في المزارع.

اختر نوع العصير الذي تفضّله، ثم اذكر سبب اختيارك له:



سبب اختيار العصير هو:

الترتيب

١- ما الطرق التي يمكن من خلالها صنع المشروبات من الفاكهة والزهور؟

٢- أيهما مغدّ أكثر تناول الفراولة أم شرب عصير الفراولة؟ ولماذا؟

٣- ما نوع المشروبات التي تحب شربها، العصير الطازج، أم العصير الطبيعي المعلّب، أم الشراب الصناعي؟ ولماذا؟

نتعلم من خلال التطبيق

• بعد معرفة الفرق بين الشراب الطبيعي والصناعي، جرّب هذه الطريقة للتمييز بينهما، أحضر مشروبًا طبيعيًا وآخر صناعيًا. صُبّ كلّ منهما في كوبٍ مُنفصل. تذوّق كليهما، ثم دوّن ملاحظاتك عن كل مشروب على حدة، مع التركيز على:

- الشكل واللون: صف لون كل مشروب وشكله.

- القوام: هل هو سميك أم خفيف؟

- الفاكهة: هل يحتوي على قطع من الفاكهة أم أنه صافٍ؟

- الطعم: هل هو سُكّري، أم بدون سُكّر؟

- المكونات الأخرى: هل أضيف إليه أي شيء آخر؟

الملاحظة

الشراب (١)

- مذاق الشراب :

- شكل الشراب :

- النكهة:

- اللون :

أعتقد أن هذا الشراب

☐ شراب صناعي.

☐ صناعي ومعبأ في زجاجات / معلّب.

☐ مغدّ إلى حدّ ما. ☐ ليس مغدّيًا على الإطلاق.

☐ شراب طبيعي.

☐ طازج أو محضّر في المنزل.

☐ مغدّ جدًا.

الشراب (٢)

- مذاق الشراب :

- شكل الشراب :

- النكهة:

- اللون :

أعتقد أن هذا الشراب

☐ شراب صناعي.

☐ صناعي ومعبأ في زجاجات / معلّب.

☐ مغدّ إلى حدّ ما. ☐ ليس مغدّيًا على الإطلاق.

☐ شراب طبيعي.

☐ طازج أو محضّر في المنزل.

☐ مغدّ جدًا.

اختبر نفسك على الموضوع الرابع

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- العصائر الطبيعية مصنوعة من عصير الفاكهة المركز والسكر. ()
- ٢- يتم إضافة مواد حافظة إلى العصير الطبيعي الطازج. ()
- ٣- نجد قطعًا من الفاكهة في الشراب الطبيعي المعلّب. ()
- ٤- الشراب الصناعي يحتوي على ألوان ونكهات صناعية. ()
- ٥- النكهات الصناعية أغلى ثمنًا من العصير الطبيعي. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- الشراب المعصور مباشرة من الفاكهة هو الشراب
 أ الطبيعي المعلّب ب الطبيعي الطازج ج الصناعي د الفاسد
- ٢- تقوم بمعالجة العصير الطبيعي والشراب الصناعي.
 أ المصانع ب النوادي ج المستشفيات د المدارس
- ٣- الشراب مذاقه كمذاق الفاكهة المصنوع منها ولكنه ليس طازجًا.
 أ المركز ب الطبيعي المعلّب ج الطبيعي الطازج د الصناعي
- ٤- المشروبات تُعصر مباشرة من الفاكهة وتحتوي على أجزاء منها.
 أ الغازية ب الصناعية ج الطبيعية المعلّبة د الطبيعية الطازجة
- ٥- تُعدّ النكهة الصناعية أرخص ثمنًا من العصير
 أ الصناعي ب الطبيعي ج الفاسد د غير الصحي

٣ صوّب ما تحته خط:

- ١- يضاف للشراب الطبيعي الألوان الصناعية. ()
- ٢- يمكن إضافة النشاي إلى العصائر لصنعه في المنزل. ()
- ٣- الشراب الطبيعي المعلّب يحتوي على أجزاء من الفاكهة. ()
- ٤- يحتوي الشراب الصناعي على ماء وسكّر ونكهات طبيعية. ()

٤ فكّر ثمّ أجب عما يأتي:

١- ما الهدف من معالجة العصائر والمشروبات المركّزة؟

٢- كيف يُمكن صنع مشروب في المنزل باستخدام العصير؟



جولة داخل مصنع شراب الفاكهة

الموضوع الخامس

في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادراً على أن:



أهداف التعلم

- يحدّد المخاطر والعوائق عند تحضير الشراب.
- يقترح الحلول للتغلب على العيوب التي تحدث أثناء عملية التصنيع.
- يُحضّر الشراب من الفاكهة أو الزهور مع مراعاة تطبيق احتياطات الصحة والسلامة.

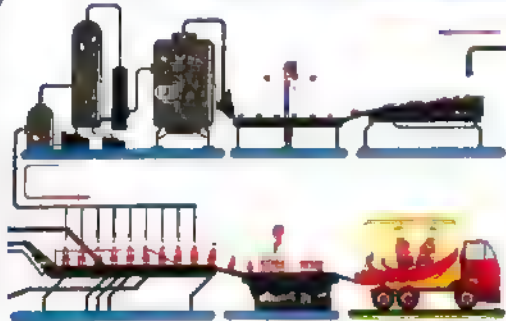


- ما المنتجات التي يمكن تصنيعها من الفاكهة؟



- جولة داخل المصنع.

خطوات تحضير وتجهيز الشراب الطبيعي المعبأ



- أولاً غسل الفاكهة جيداً.
- إرسال الفاكهة عبر سيور متحركة من خلال الآلات التي تهرس هذه الفاكهة.
- عصر الفاكهة بواسطة آلات مخصصة لهذا ثم تصفيتها لإزالة اللب والقشر والبذور.
- اختبار العمّال جودة العصير.
- تسخين العصير لقتل الميكروبات.
- مرحلة التعبئة؛ حيث يضاف الماء والسكر للعصير النقي.

خطوات إعداد الشراب الصناعي



- تُخلط أطعمة الفواكه المختلفة والألوان المجهزة في المعامل مع السكر ثم يخلط بالماء لصنع الشراب.
- تعقيم الزجاجات بواسطة الآلات لقتل الميكروبات.
- تُمَلأ الزجاجات بالشراب أثناء تحركها على السير المتحرك.
- تنتقل الزجاجات المملوءة للمكان الذي توضع فيه أغطيّتها بإحكام لتجنّب التلوث.



• ملاحظات يجب اتباعها عند تصنيع الشراب

- عند خلط السكر يجب أن يكون السائل ساخناً حتى لا يُفصل فيما بعد.
- إضافة المواد الحافظة للشراب تعمل على إطالة فترة صلاحيته.
- ضرورة الالتزام بالتدابير الصحية فقد تتسبب الميكروبات الموجودة في الزجاجات بتخمر المشروبات وفسادها.

• احتياطات السلامة الواجب على العمال اتباعها لصنع الشراب

- يجب على العمال ارتداء غطاء الشعر والقفازات لحمايتهم وحماية المنتج من التلوث.
- تدريب العمال على الطريقة الصحيحة لاستخدام الآلات لضمان تجنب الحوادث.
- إزالة العصير المسكوب ورفع أشياء من على الأرض فوراً لمنع تعثر أي شخص بها.
- الحرص على تجنب الحروق عند استخدام الحرارة العالية.

• ماذا سيحدث إذا: تم خلط السكر مع الشراب وهو بارد؟

النتيجة

- ١- ما الخطوات التي يقوم بها عمال مصنع المشروبات للتأكد من أن المنتج النهائي سليم وعالي الجودة؟
- ٢- اختر مصنعاً تهتم للقيام بجولة فيه؟ هل تعتقد أنك ترغب في العمل في مصنع؟ ولماذا؟ برّر إجابتك.

العمل من أجل النظافة

• بعد التعرف على كيفية إعداد الشراب الصناعي داخل المصنع عليك أن تقوم بصنع كمّية صغيرة من الشراب.

<ul style="list-style-type: none"> • قبل البدء في التحضير: ستحتاج إلى الألوان المُجهّزة في المعامل مع السكر والمواد الحافظة. • أثناء التحضير: ستحتاج إلى خلط الشراب بالماء. • بعد الانتهاء سوف: تقوم بتعبئة الشراب في زجاجة نظيفة. 	<p>خطوات تحضير الشراب الصناعي</p>
<p>...</p>	<p>للحفاظ على المنتج سليماً وغير ملوث، سوف ...</p>
<p>...</p>	<p>للحفاظ على سلامتك أثناء إعداد المنتج، سوف ...</p>

اختر نفسك على الموضوع الخامس

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- يجب إزالة العصير المسكوب من على الأرض لمنع تَعَثُّر الأشخاص به. ()
- ٢- المرحلة الأولى في عملية تصنيع المشروبات هي تعبئته في الزجاجات. ()
- ٣- إضافة المواد الحافظة للشراب المُصنَّع أمر غير ضروري. ()
- ٤- إحدى خطوات تحضير الشراب الطبيعي المُعلَّب هي غسل الفاكهة. ()
- ٥- يتم تعقيم الزجاجات بواسطة آلات خاصة. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

- ١- يجب العصير لقتل الميكروبات.
 أ تجميد ب شُرب ج رمي د تسخين
- ٢- عند إضافة إلى الشراب لا بُدَّ أن يكون العصير ساخنًا.
 أ السكر ب الملح ج البهارات د القرفة
- ٣- الميكروبات الموجودة في الزجاجات تتسبَّب في المشروبات وفسادها.
 أ عصر ب غليان ج تخمُّر د تبخُّر
- ٤- أولى خطوات تحضير العصير الطبيعي هي الفاكهة.
 أ غسل ب تخزين ج هرس د تسخين
- ٥- نحتاج إلى العصير لإزالة اللَّبِّ والقشرة والبذور.
 أ غسل ب تصفية ج غليان د تخزين

٣ أكمل العبارات الآتية ممَّا بين القوسين:

(ملؤها - الحرارة العالية - المواد الحافظة - التلوُّث - هرس)

- ١- يجب على العُمَّال ارتداء غطاء الشَّعر والقُفَّازات لحماية المُنتَج من
- ٢- تتحرك الزجاجات أسفل السير المتحرك ليتم بالعصير.
- ٣- يجب على العُمَّال تجنُّب الحروق عند استخدام
- ٤- عند تحضير العصير الطبيعي تُرْسَل الفاكهة من خلال الآلات التي تقوم بـ الفاكهة.

٤ فكِّر ثُمَّ أَجِب عَمَّا يَأْتِي:

١- ما الخطوة الأولى في عملية إعداد الشراب الصناعي؟

٢- ما أهميَّة إضافة المواد الحافظة للشراب؟



اللبن

الموضوع السادس

في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادرًا على أن:



- يشرح أهمية اللبن للتغذية.
- يصف كيفية معالجة اللبن لجعله سليمًا للاستهلاك.
- يناقش كيفية التحقق مما إذا كان اللبن طازجًا وسليمًا.



• أي من منتجات الألبان تفضل؟ هل هناك أي منتج لا تحبه؟ ولماذا؟

لنتعلم:



• اللبن وأهميته.

- أحد المشروبات الأساسية التي نستهلكها يوميًا.
- يحتوي على نسبة عالية من العناصر الغذائية المفيدة (البروتينات، الدهون، الكربوهيدرات، الفيتامينات، والأملاح المعدنية) التي تساعد في نمو الجسم وتقوية المناعة.

• مصادر اللبن

- نحصل عليه عادة من الأبقار، لكن يمكن أيضًا الحصول عليه من الجاموس، الماعز، الأغنام، والإبل.
- تُعدُّ مصر من أكبر الدول المنتجة للبن الجاموسي.

• منتجات اللبن

- يُستخدم في صناعة العديد من المنتجات، مثل الجبن والزيادي.
- يدخل في صنّع أنواع أخرى من المشروبات.

• طرق غش اللبن

• يجب توخي الحذر عند شراء اللبن لسهولة غشه من قِبَل بعض البائعين عديمي الأخلاق، ومن أشهر طرق الغش:

- الماء يُضاف لزيادة كمية اللبن وليس بالأمر الخطير ولكن بذلك يكون اللبن بسعر أعلى من قيمته الحقيقية.

- الفورماسين: يُضاف ليحافظ على اللبن ليبدو وكأنه طازج ولكنه يُعتبر مادة حافظة قوية قد تكون ضارة.

- مادة لبش: تُضاف لتعديل قوام اللبن ليصبح متجانسًا وسميغًا بعد نزع المادة الدهنية ليبدو كامل الدسم.



• هل اللبن الذي تتناوله سليم؟

• للتأكد من جودة وسلامة اللبن يجب مراعاة بعض الأمور منها:

- طعم ورائحة اللبن.
- التأكد من تاريخ انتهاء الصلاحية.
- يمكن اختبار اللبن عن طريق غلي عينة على نار هادئة لمدة ١٥ دقيقة حتى يتخثر (يتجبن). إذا وجدت رواسب متجمدة (متجبنة) هذا يعني أن اللبن غير طازج، أما إذا كانت الرواسب دهنية فهذا يعني أن نوعية اللبن جيدة.

• اختر الطرق التي يجب مراعاتها عند اختبار سلامة اللبن:

- ١- التأكد من طعم ورائحة اللبن. ٢- وضع ماء على اللبن. ٣- التأكد من تاريخ انتهاء صلاحية اللبن.
- () () ()

• انبراجي

- ١- ما أسباب وجود لبن مغشوش؟ ٢- ما أسباب إضافة بعض الإضافات إلى اللبن؟ ٣- اذكر بعض الطرق الجيدة التي يمكن القيام بها للتأكد من أن اللبن سليم وصالح للشرب.

• نتعلم من خلال التطبيق

• سنقوم بإجراء ثلاث تجارب للتحقق من وجود إضافات في اللبن.

• الأدوات المطلوبة:

وعاءان؛ أحدهما مخصص للقياس والآخر بغطاء.

سطح أملس مستوي مثل مرآة صغيرة.

كمية قليلة من اللبن.

• التجربة (١): التحقق من وجود ماء مضاف



- خطوة (١) ضع نقطة من اللبن على سطح مستوي وناعم.
- خطوة (٢) قم بإمالة السطح قليلاً حتى يتدفق اللبن.
- النتيجة اللبن النقي: يبقى ثم يتدفق ببطء تاركاً أثراً أبيض اللون.
- اللبن المخفف: يتدفق على الفور من دون ترك علامة.

• ما الذي أراه؟



التحريية (٢): التحقق من وجود الفورمالين



أضف من (٢) إلى (٣) قطرات من حمض كبريتيك
مرکز إلى كمّيّة مقدارها (١٠) مل من اللبن مضافاً
إليها كمّيّة مماثلة من الماء.

خطوة (١)

انتظر ولا تَرُجّ المحلول.

خطوة (٢)

إذا ظهر في اللبن حلقة زرقاء أو بنفسجية فهذا يعني أنه يحتوي على مادة الفورمالين، وإذا
لم يظهر ذلك فهذا يعني خلوه منها.

النتيجة

ما الذي أراه؟

التحريية (٣): التحقق من وجود النشأ



أضف من (٢) إلى (٣) قطرات من اليود إلى كمّيّة
مقدارها (٥) مل من اللبن.

خطوة (١)

رُجّ المحلول جيّداً.

خطوة (٢)

اللبن الذي يتحوّل إلى اللون الأزرق يكون فاسداً
ومغشوشاً، أمّا إذا ظل أبيض فلا توجد به مادة
النشأ.

النتيجة

ما الذي أراه؟

اختبر نفسك على الموضوع السادس

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- يدخل اللبن في صناعة العديد من المُنتَجات، مثل الزبادي. ()
- ٢- الأبقار هي المصدر الوحيد للَبْن. ()
- ٣- اللبن من المُنتَجات التي يصعب غشها. ()
- ٤- التأكُّد من تاريخ صلاحية منتجات الألبان من الأمور الضرورية. ()
- ٥- وجود الرواسب المتجمِّدة بعد غلي اللبن يدل على أن اللبن طازج. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

- ١- يدخل في صناعة العديد من المُنتَجات، مثل الجبن.

أ السمك	ب الخضار	ج اللبن	د الجمبري
---------	----------	---------	-----------
- ٢- يتم غش اللبن عن طريق إضافة حيث يتم الحصول على القليل من اللبن.

أ السكر	ب الماء	ج الجبن	د السمن
---------	---------	---------	---------
- ٣- يتم اختبار اللبن عن طريق الغلي حتى

أ يتبخَّر	ب يتخثَّر	ج يتجمَّد	د ينضج
-----------	-----------	-----------	--------
- ٤- تتم إضافة للألبان وهو يُعتَبَر مادة حافظة قوية قد تكون ضارَّة.

أ النشا	ب الثلج	ج الفورمالين	د الزبادي
---------	---------	--------------	-----------
- ٥- عند إضافة بعض القطرات من يتحوَّل اللبن المضاف إليه النشا إلى اللون الأزرق.

أ اليود	ب الفورمالين	ج الماء	د العصير
---------	--------------	---------	----------

٣ أكمل العبارات الآتية ممَّا بين القوسين:

(الفورمالين - اللبن - الأبقار - المادَّة الدهنية - الدجاج)

- ١- يضاف النشا لتعديل قوام اللبن ليصبح متجانسًا بعد نزع منه.
- ٢- يُعتَبَر من المُنتَجات التي يسهل غشها.
- ٣- يحافظ على اللبن كأنه طازج وهو مادة حافظة قوية.
- ٤- يمكن الحصول على اللبن من

٤ فكِّر ثمَّ أجب عمَّا يأتي:

١- ما أهم استخدامات اللبن؟

٢- ما الهدف من إضافة النشا إلى اللبن؟



سلامة الطعام وحفظه

الموضوع السابع

في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادرًا على أن:

- يصف كيفية حفظ الطعام بشكل صحي وسليم.
- يعرف متى يكون المنتج الغذائي غير صحي.
- يذكر المشكلات المتعلقة بسلامة الأغذية.

• كيف يحفظ الناس الطعام؟ لماذا من الضروري أن تكون قادرًا على حفظ الطعام؟

الأنشطة

• حفظ الطعام بشكل سليم.

- تتسبب الأخطاء التي تحدث أثناء حفظ الطعام في نمو البكتيريا أو العفن في الطعام مما يؤدي إلى إصابة الناس بالأمراض.



- يوجد العديد من الطرق التي يتم بها حفظ الطعام بشكل سليم، وهذه الطرق يتم اتباعها في المصانع والمنازل.

• تضيف معامل التصنيع بعض المواد الحافظة لإطالة مدة صلاحية الأطعمة، ومنها:

٤- حمض الكبريتيك.

٣- حمض النتريت.

٢- حمض الأسكوربيك.

١- حمض الستريك.

طرق حفظ الأغذية

٢ البسترة

٢ التجميد

١ التجفيف

٥ التعليب

٤ التملح

ممارسات لسلامة الغذاء



- إذا احتوى السائل الموجود في العلبة على قُعاعات ورائحة حادة فهذا يدل على أن المُنتَج الغذائي غير صَحِّي.
- يجب التحقق من تاريخ انتهاء الصلاحية المدوّن على العلبة والتأكد من أنه غير منتهي الصلاحية.

الإجراءات الواجب اتباعها عند وجود عيوب في المُنتَج:

- عند وجود عيوب في المُنتَج عليك التوجه للمتجر لإعادة هذا المُنتَج.
- في حالة عدم حل المشكلة بالمتجر يجب الاتصال **بجهاز حماية المستهلك** لتقديم شكوى.
- سيقوم الجهاز بإرسال مفتشين إلى المصنع للتأكد من تاريخ الصلاحية وتوقيع عقوبة مناسبة على المصنع لضمان عدم تكرار مثل هذا الموقف مرة أخرى.

الاتصال بـ

هل لديك شكوى بشأن سلامة منتج غذائي؟

تواصل مع جهاز حماية المستهلك!

الخط الساخن: ١٩٥٨٨ (منطقة القاهرة الكبرى والإسكندرية).

الموقع الإلكتروني: www.cpa.gov.eg

البريد الإلكتروني: info@cpa.gov.eg

أو املاً نموذجاً في مكتب البريد المحلي الخاص بك.

تاريخ انتهاء الصلاحية

هو التاريخ الذي يجب استهلاك المُنتَج قبل انتهائه، بعد هذا التاريخ لا يمكن ضمان سلامة المُنتَج وجودته.



• قام عمر بشراء علبة من العصير من أحد التُّجار وعند فتحها وجد أن لها طعمًا ورائحة سيئين، في رأيك:

١- ما الذي يجب أن يقوم به صاحب المتجر لحل هذه المشكلة؟

٢- ما دور جهاز حماية المستهلك في حل الشكوى؟

لنراجع

- ١- ما الذي تفعله للتأكد من سلامة المُنتَج عند شرائه؟
- ٢- وُضِّح الطُّرق التي يتم بها حفظ الأطعمة داخل المصنع. مع ذكر الأخطاء التي يمكن أن تحدث عند تخزين الطعام.
- ٣- ما أهمية جهاز حماية المستهلك عند وجود عيوب في المُنتَج؟



تعلم من كل انطباع

• يوجد العديد من الطرق الشائعة لحفظ الطعام، منها:



المخللات السريعة

- يُستخدم الملح والخل فقط لحفظ الخضراوات.
- يمكن أن يكون هذا النوع من المخللات جاهزًا للأكل خلال ساعات.
- يستمر لمدة أسبوع تقريبًا في الثلاجة.

إرشادات السلامة

- اغسل يدك والخضراوات جيدًا.
- لا تترك البرطمانات خارج الثلاجة لأكثر من ساعة.
- كن حذرًا عند استخدام سكين حاد (ضع إحدى يديك على المقبض والأخرى فوق نصل السكين).

التجفيف



- يزيل الرطوبة من الأطعمة حتى لا ينمو عليها أي عفن أو بكتيريا.
- جميع أشكال التجفيف تحتاج إلى:

- مزيج من الرطوبة المنخفضة ودرجة حرارة مرتفعة.
- دوران الهواء لإزالة الرطوبة مع تجنب تلف الأطعمة أو فسادها.

- طرق التجفيف المنزلية الشائعة المستخدمة:

- ١- باستخدام الهواء في الداخل.
- ٢- في الشمس خارجًا.
- ٣- باستخدام الفرن.

• أولاً : التجفيف باستخدام الهواء في الداخل

- تجفيف بعض الخضراوات والفطر والفاصل الحار والأعشاب بالهواء في الداخل.

إرشادات السلامة

- اغسل الفواكه أو الخضراوات أو الأعشاب وصفها جيدًا من الماء قبل تجفيفها.
- تم بعملية التجفيف بالهواء في مكان دافئ وجاف.
- علّق الأطعمة بخيوط أو ضعها على رفوف لتعرض لدوران الهواء وتجف.



• ثانيًا : التجفيف في الشمس خارجًا

- يتم تجفيف الفواكه (بما في ذلك الطماطم) في الشمس، لأنها الطريقة المثلى؛ نظرًا لاحتواء هذه الأطعمة على نسبة عالية من الأحماض والسكريات، وذلك يحميها من التلف. ويمكن تجفيف الفاصولياء بالطريقة نفسها.

إرشادات السلامة



- اغسل الفواكه أو الخضراوات أو الأعشاب وصقها جيدًا من الماء قبل تجفيفها.
- يجب وضع الفواكه والأعشاب الطيبة في الشمس طوال اليوم لتجفيفها على فرش أو سطح من الخشب أو من الاستانلس أو من البلاستيك.
- يُفضل أن تتم عملية التجفيف في الأيام الحارة والجافة، ثم يتم تغطيته ووضعه في الداخل أثناء الليل.

• ثالثًا: التجفيف باستخدام الفرن

- يمكن تجفيف معظم الأطعمة في الفرن.

إرشادات السلامة



- اغسل الفواكه أو الخضراوات أو الأعشاب وصقها جيدًا من الماء قبل تجفيفها.
- يجب أن تتم عملية التجفيف في الفرن على درجة حرارة تتراوح بين ٥٧ إلى ٩٢ درجة مئوية مع فتح باب الفرن أو تشغيل مروحة الفرن لعدة ساعات، وذلك لأن درجات الحرارة المرتفعة جدًا قد تؤدي إلى طهي الطعام بدلًا من تجفيفه.

لاحظ أن

طرق تجفيف الطعام بالهواء في الداخل أو تجفيفه في الشمس هي الطرق المثلى لتجفيف الطعام.

اختبر نفسك على الموضوع السابع

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- عملية حفظ الطعام تتم في المصانع فقط. ()
- ٢- التجفيف والتجميد أحد طرق حفظ الطعام. ()
- ٣- المُنتَج الغذائي الصحي هو الذي له رائحة سيئة. ()
- ٤- يجب التحقق من تاريخ انتهاء الصلاحية قبل شراء المُنتَجات. ()
- ٥- معامل التصنيع تقوم بإضافة المواد الحافظة عند تخزين الطعام. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- عملية تقوم بإزالة الرطوبة من الأطعمة.
 أ السلق ب الطهي ج الغلي د التجفيف
- ٢- يكون المُنتَج الغذائي إذا احتوى السائل الموجود به على فقاعات.
 أ فاسدًا ب صحيًا ج طازجًا د جيدًا
- ٣- الأخطاء التي تحدث أثناء حفظ الطعام تتسبب في
 أ زيادة الجودة ب تماسك القوام ج نمو البكتيريا د زيادة الكميّة
- ٤- يُعدّ التمليح أحد طرق حفظ
 أ الكتب ب الطعام ج اللبن د الحلوى
- ٥- يتم استخدام حمض الستريك كنوع من المواد عند حفظ الطعام.
 أ الحافظة ب السكرية ج الصلبة د المالحة

٣ أكمل العبارات الآتية ممّا بين القوسين:

(العفن - التجميد - حفظ - زيادة الجودة)

- ١- من طرق حفظ الطعام
 أ الهدف من تجفيف الطعام هو الطعام.
- ٢- إذا لم يتم حفظ الطعام بشكل صحيح، قد ينمو عليه

٤ فكّر ثمّ أجب عمّا يأتي:

١- كيف يتم تجفيف الأطعمة بالهواء داخل المنزل؟

٢- ما أهميّة معرفة تاريخ انتهاء الصلاحية؟



تخلص من خطر النار والعمل

الموضوع التأمر

في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادرًا على أن:



الهدف

- يحدّد المخاطر التي يواجهها الجرفيون في العمل.
- يقدم اقتراحات حول كيفية تجنّب الإصابة أثناء ممارسة أعمال النجارة والطلاء.
- يتدرّب على احتياطات السلامة في مكان العمل.

العمل



• ما الشيء الذي تؤدّ أن تصنعه؟ ماذا ستفعل لتجنّب إصابتك أثناء القيام بذلك؟

التعلّم



• احذر عند استخدام الأدوات.

- يقوم الجرفيون في المصانع باستخدام الآلات الثقيلة والتعامل مع الأدوات الكهربائية، وقد يتسبب ذلك في إصابتهم؛ لذلك يجب اتّباع مجموعة من الإرشادات للعمل بطريقة آمنة.

الإرشادات الواجب اتباعها عند العمل في النجارة والطلاء



١- ارتداء نظارات واقية للعينين

- يجب ارتداء نظارات السلامة وحماية العين عند التعامل مع الخشب؛ حيث يمكن أن تتطاير نشارة الخشب في كل مكان.
- يجب ارتداء نظارات السلامة عند القيام بعملية الطلاء تجنّبًا لأي سوائل أو ألوان متناثرة.



٢- إبقاء اليد بعيدًا عن الشفرة أو الحواف الحادّة

- يجب الحرص على عدم وضع اليد بالقرب من شفرة أو ريشة المثقب.
- عند تقطيع الخشب أو ثقبه، تُستخدم المسامير لتثبيت الأشياء على الطاولة.
- في حالة عدم وجود مسامير، يتم إمساك الأشياء بثبات مع إبقاء اليدين بعيدة عن الأجزاء الحادّة.
- اطلب المساعدة عند استخدام أدوات ثقيلة.





٣- استخدام الشاكوش بتأن (حرص)

- يجب الحرص عند استخدام الشاكوش، فيتم مسك المسمار ثم الدق عليه دقًا خفيفًا جدًا في البداية. ثم دق باقي المسمار واليد بعيدة.
- يجب عدم تحريك الشاكوش إلى أعلى أو إلى أسفل حتى لا يصيب اليد أو الوجه.



٤- الحذر عند استخدام الأدوات الكهربائية

- يجب الحذر عند استخدام المثقب وأدوات الصنفرة وأي أدوات كهربائية أخرى.
- لا يتم استخدام هذه الأدوات بالقرب من الماء.
- عند تغيير ريشة المثقب أو ورقة الصنفرة لا بد من التأكد من أن الأدوات غير موصلة بالكهرباء وأن السلك الكهربائي لا يمتد عبر ممر.



٥- الحرص على تهوية مكان العمل

- عند القيام بأعمال الطلاء أو استخدام مزيل الطلاء أو الغراء القوي يجب الحرص على فتح النوافذ ووضع مروحة لتهوية المكان، فالأبخرة المتصاعدة من الطلاء يمكن أن تكون مُضرة بالصحة.

- يعمل عمر مع والده بأعمال النجارة. اختر الطرق التي قد تساعد عمر ووالده على تفادي المخاطر عند العمل في النجارة:

- ارتداء نظارات واقية للعين عند العمل. ()
- الدق بالشاكوش بالقرب من اليد. ()
- تغيير ريشة المثقب بدون توصيلها بالكهرباء. ()
- استخدام المثقب بالقرب من الماء. ()

١- وضح أهمية استخدام النظارات الواقية للعينين، ووسائل التهوية عند العمل بالجرف.

٢- كيف يمكن تجنب الإصابات التي تحدث أثناء القيام بأعمال النجارة والطلاء؟

٣- لماذا قد يتجاهل بعض العمال احتياطات السلامة؟ وكيف يمكن حثهم على اتباع هذه الاحتياطات؟

العمل من أجل التطبيق

- اتّبع قواعد السلامة في مكان العمل، وقم بصنع صندوق صغير يمكن استخدامه لوضع الأقلام فيه، ثم قم بطلائه:

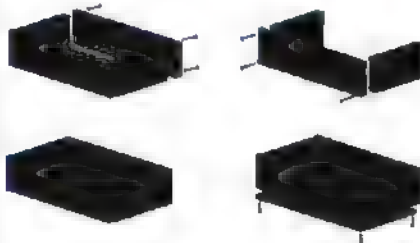
- راجع احتياطات السلامة التي يجب أن تتخذها قبل البدء بمشروعك وأثناء العمل.

الخطوة (٢)



- خَطِّطْ لشكل الصندوق الذي تريد صنعه. اصنع نموذجًا لمساعدتك في وضع علامات على الخشب قبل تقطيعه.
- تحتاج مثلًا إلى لوحين جانبيين ولوح للجهة الأمامية والخلفية، ولوح للقاعدة. ولكن يمكنك جعل صندوقك أطول أو أعرض أو أقصر إذا كنت ترغب في ذلك.

الخطوة (٣)



- اقطع الأجزاء الخاصّة بك بعد أخذ المقاسات.
- اجمع أجزاء صندوقك، مع مراعاة إرشادات السلامة الخاصة عند استخدام الشاكوش.

الخطوة (٤)

- قُم بصنْفرة صندوقك حتّى يصبح ناعمًا.

الخطوة (٥)

- قُم بطلاء صندوقك بالألوان أو اللون الذي تختاره وبالشكل الذي تريده.

الخطوة (٦)

- اعرض مشروعك النهائي على زملائك في الفصل، ووضّح الهدف الذي ستستخدم صندوقك من أجله.

اختبر نفسك على الموضوع الثامن

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- يمكن استخدام الأدوات الكهربائية بالقرب من الماء. ()
- ٢- لا بُدَّ من فتح النوافذ أثناء القيام بعملية الطلاء. ()
- ٣- عند استخدام الشاكوش يجب أن نحرص على عدم إيذاء أيدينا. ()
- ٤- يُمكننا تغيير ريشة المثقب أثناء توصيله بالكهرباء. ()
- ٥- أثناء ثقب قطعة من الخشب يمكن استخدام المسامير لتثبيتها على الطاولة. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

- ١- يجب ارتداء نظارات واقية عند الطلاء لتجنُّب المتناثرة.
 أ بقايا الطعام ب نشارة الخشب ج السوائل والألوان د بقايا الحديد
- ٢- عند حمل الآلات الحادة الثقيلة أثناء العمل يمكن الاستعانة بـ
 أ طفل صغير ب شخص بالغ ج مُسنَّ د مراهق
- ٣- الإجراء الصحيح عند استخدام مزيل الطلاء أو الغراء هو
 أ غلق الغرفة ب ارتداء الأحذية ج العمل بسرعة د فتح النوافذ للتهوية
- ٤- يجب استخدام النظارات الواقية عند القيام بـ
 أ شُرْب الماء ب عمل العصائر ج أعمال النجارة د طهي الطعام

٣ أكمل المبارات الآتية ممَّا بين القوسين:

(الشفرات - الأبخرة - النظارات الواقية - خوذات)

- ١- يجب ارتداء لحماية الأعين عند التعامل مع الخشب.
- ٢- يجب إبقاء اليدين بعيدًا عن عند استخدام الآلات الحادة.
- ٣- يُنصح بفتح النوافذ واستخدام مروحة أثناء الطلاء للتهوية وتجنُّب الضارة.

٤ فكِّرْ ثُمَّ أجب عمَّا يأتي:

١- لماذا يجب ارتداء نظارات السلامة عند العمل في النجارة أو الطلاء؟

٢- ما الذي يجب التأكد منه قبل تغيير ريشة المثقب؟



الخطوة الأولى: رعاية الجرحى

الموضوع
التاسع

في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادراً على أن:



الهدف المرجو

- يشرح الخطوات اللازمة لتقديم الإسعافات الأولية.
- يمارس مهام الإسعافات الأولية عند إصابة أحد ما.
- يبحث عن الكتب المتعلقة بالصحة والسلامة في المكتبة، ويناقش ما فيها من معلومات.

التمرين



- ماذا ستفعل إذا تعرض صديقك لإصابة أثناء وجودكما معاً؟
بم ستشعر؟
ما الذي يمكنك فعله لتبقى هادئاً؟

التمرين

- المساعدة في حالات الطوارئ الصحية.

الخطوة الثانية: تقديم الإسعافات الأولية

التمرين

- يجب الاتصال بالرقم ١٢٢ لاستدعاء سيارة الإسعاف في حالة خطورة الإصابة.
- يجب التفكير في طريقة المساعدة حتى يصل المسعفون.



التمرين

- التحقق من نوع الإصابة التي أصيب بها الشخص، بمعنى هل هو في وعيه ويستجيب؟ هل يتنفس؟ هل ينزف؟ هل حالته تسمح بتقديم المساعدة له؟



4- تقديم الإسعافات الأولية

- استخدام حقيبة الإسعافات الأولية في علاج الإصابات والجروح الطفيفة.



5- إعادة فحص الشخص

- هل يحتاج إلى المزيد من الإجراءات والتدابير.



6- إسعاف الإغماء

• إذا وجدت شخصًا فاقدًا للوعي لكنه يتنفس، اتبع هذه الخطوات لوضعه في وضعية الإفاقة لأنها ستساعده على التنفس حتى وصول المسعفين.

② اثنِ الركبة والذراع البعديتين عنك، وضع يده الأخرى على خدّه المعاكس.



① ضع ذراعه التي هي أقرب إليك على شكل زاوية قائمة.



④ قُم بإمالة الرأس بلطف قليلًا إلى الخلف، وارفع الذقن لفتح مجرى الهواء، واستمر في جس نبضه وتنفسه حتى وصول المساعدة.



③ استخدم الركبة البعيدة عنك لتدوير المصاب في اتجاهك مع دعم رأسه باستخدام يديك الأخرى، فالركبة المثنية تمنع الجسم من التدهرج.



• الخطوات التي يجب اتباعها لوقف نزيف حدث عند إصابة شخص ما:



ارفع الطرف المجرّوح إلى أعلى.

اضغط بقوة على الجرح بقطعة قماش نظيفة.



ضمّد الجرح.

نظّف الجرح.

• اكتب قائمة بأهم الأسئلة التي لديك عن الإسعافات الأولية:

المراجع

- ١- وضّح الحالة التي يجب فيها وضع الشخص المصاب في وضعية الإفاقة.
- ٢- ما الضرورة من تقديم الإسعافات الأولية بالرغم من استدعاء سيارة الإسعاف؟
- ٣- ما الطريقة الأفضل لتعلّم كيفية تقديم الإسعافات الأولية؟

تعلّم من طرّح التطبيق

• بعد أن تعرّفت على الإسعافات الأولية التي يجب تقديمها عند إصابة شخص ما. قم بالاستفادة ممّا تعلّمته

لتنفيذ هذه الإسعافات في المواقف الآتية:

- ١- إصابة شخص بنزيف عند وقوعه على الأرض.
- ٢- فقد شخص وعيه عند إصابته ولكنه يتنفس.
- ٣- إصابة شخص بجروح طفيفة.

اختر نفسك على الموضوع التاسع

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- تقدير الوضع هو الخطوة الأولى لتقديم الإسعافات الأولية للشخص المصاب. ()
- ٢- يجب مساعدة الشخص المصاب مهما كانت خطورة إصابته دون انتظار سيارة الإسعاف. ()
- ٣- تُستخدم حقيبة الإسعافات الأولية لعلاج الجروح البسيطة. ()
- ٤- وضعية الإفاقة مناسبة للأشخاص المصابة بنزيف. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- يجب التأكد من أن المصاب قبل وضعه في وضعية الإفاقة.
 - أ يتنفس
 - ب لا يتنفس
 - ج يتحرك
 - د مستيقظ
- ٢- أول إجراء يجب اتّخاذه عند الوصول لموقع الحادث هو
 - أ الاتصال بالإسعاف مباشرة
 - ب تقييم الوضع
 - ج معالجة المصاب فوراً
 - د طلب المساعدة من العارة

٣ رتّب خطوات إيقاف نزيف جرح ما:



٤ فكّر ثمّ أجب عمّا يأتي:

١- لماذا يُنصح بوضع المصاب في وضعية الإفاقة إذا كان فاقدًا للوعي؟

٢- متى يجب استخدام حقيبة الإسعافات الأولية؟



د. محمد أحمد غنيم

سيرته الذاتية

- عالم مصري وُلد في ١٧ مارس ١٩٢٩م، كان متفوقاً في دراسته.
- تخرّج في كلية الطب من جامعة القاهرة عام ١٩٦٠م.
- تخصص في جراحة المسالك البولية (هي فرع من فروع الطب يختص بدراسة الجهاز البولي).
- تدرب في مستشفيات جامعة القاهرة.
- درس وعمل في المملكة المتحدة والولايات المتحدة وكندا.
- عمل عند عودته إلى مصر كأستاذ في جراحة المسالك البولية في جامعة المنصورة.
- عمل أستاذاً زائراً في العديد من الجامعات حول العالم.

أهم إنجازاته

- أسّس مركز أمراض الكلى والمسالك البولية (UNC) بجامعة المنصورة عام ١٩٨٣م، وهو:
 - يُعتبر أول مركز في الشرق الأوسط لعلاج أمراض الكلى.
 - تعاون المركز مع منظمة الصحة العالمية وقدم خدمات طبية وجراحية مجانية لآلاف المرضى.
 - قدم المركز التعليم والتدريب العلمي للممرضين والأطباء على الصعيد المحلي والعالمي.
 - تم إجراء الآلاف من عمليات زراعة الكلى في المركز.
- أجرى بحثاً متقدماً في العلوم الجراحية، وقدم فيها العديد من الأساليب الجراحية الحديثة.
- قام بنشر العديد من الكتب والمقالات العلمية على الصعيد المحلي والعالمي.
- قام بإجراء أول عملية لزراعة الكلى في مصر عام ١٩٧٦م.
- قام مؤخراً بإجراء بحث علمي متقدم على زراعة الخلايا الجذعية (هي نوع من الخلايا التي تنشئ جميع أنواع الخلايا الأخرى، مثل خلايا الكبد أو الكلى).
- عضو في العديد من الجمعيات الطبية، مثل الجمعية الفرنسية لجراحة المسالك البولية وجمعية جراحة الأورام بأمريكا.

جوائزته

- تم منحه درجة الدكتوراه الشرفية في الطب من جامعة جوتنبرج في السويد.
- جائزة الدولة التقديرية في العلوم الطبية في مصر عام ١٩٩٧م.
- جائزة ميدالية سان بول من الجمعية البريطانية للمسالك البولية عام ١٩٩٢م.
- جائزة الملك فيصل العالمية عام ١٩٩٩م.
- جائزة مبارك في مجال الطب عام ٢٠٠١م.





الاستراتيجية العامة

الموضوع
المحلي
عبر

في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادراً على أن:

- يوضح أهمية توفير الغذاء على المستوى المحلي.
- يحدد أهمية فحص الأغذية وسلامة الغذاء.
- يكتب خطة لإنشاء مطعم للأطعمة الصحية.



• ما الطعام الذي تحب تناوله؟ هل هو جيد لصحة جسمك؟



• السيدة لويز إيمانويل مابولو.

- طاهية ومزارعة ورائدة أعمال.
- تستضيف فعاليات طهي تقدم طعاماً صحياً ولذيذاً.
- تهدف لتثقيف الناس عن الطهي باستخدام مكونات طازجة ومغذية وطبيعية.
- تؤمن بأهمية المكونات المحلية لضمان الجودة ودعم الاقتصاد المحلي.

• مشروع الكاكاو في الغابون

• قامت السيدة لويز إيمانويل مابولو بتأسيس هذا المشروع بهدف:

- مساعدة المزارعين على أن يشعروا بالأمان من الناحية المالية.
- ضمان وجود غذاء كافٍ للسكان في المستقبل.

• إنجازات المشروع

- تدريب المزارعين على كيفية زراعة نباتات يمكنها تحمل التغيرات المناخية والكوارث الطبيعية.
- تزويد المزارعين بشتلات الكاكاو.
- التشجيع على زراعة البامية واليقطين للحفاظ على خصوبة التربة.
- مساعدة ٢٠٠ مزارع في زراعة ٨٠,٠٠٠ شجرة.

• تكريم السيدة لويز إيمانويل مابولو

- حصلت بسبب مشروع الكاكاو على جائزة «أبطال الأرض الشباب» في إطار برنامج الأمم المتحدة للبيئة.
- مُنحت لقب «أفضل مزارع شاب» لعام ٢٠١٨م.

• نمط الحياة الصحيّ يشمل

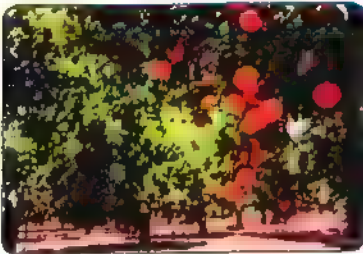
• أولاً: الطعام الصحيّ:

- يُعتَبَر الطعام الصحيّ أمراً مهماً جداً لصحة الإنسان، لذلك يجب اتباع نظام غذائي صحيّ لوقاية الجسم من العديد من الأمراض، وتوفير الطاقة التي يحتاج إليها الجسم.
- أثر مكونات النظام الغذائي على صحة الإنسان:
- تناول كمية غير كافية من العناصر الغذائية يؤدي إلى سوء التغذية، في حين أن زيادة تناول الطعام تؤدي إلى زيادة الوزن والسمنة.
- يجب أن يكون النظام الغذائي الصحيّ متوازناً في استهلاك الملح والسكر والدهون؛ حيث يؤدي الإفراط في هذه العناصر إلى مشكلات صحية خطيرة.
- السكر: كثرة تناوله يزيد من فرص الإصابة بمرض السكري.
- الملح: زيادة تناوله تزيد من احتمالية الإصابة بارتفاع ضغط الدم وأمراض القلب والسكتة الدماغية.
- الدهون: كثرة استخدام المواد الدهنية، مثل الزيت والسمن يمكن أن يؤدي إلى الإصابة بأمراض القلب والسكتة الدماغية.

• ثانياً: النشاط البدني (ممارسة الرياضة):

- يجب على الأطفال ممارسة الرياضة لمدة ساعة واحدة يومياً بينما يحتاج البالغون إلى نصف ساعة يومياً.

• دور مصر من تحقيق الأمن الغذائي للمصريين



- تعمل مصر على زيادة مساحة الأراضي المزروعة لتحقيق الاكتفاء الذاتي وذلك لأهمية الزراعة ومساعدتها على حفظ الأمن الغذائي للسكان، والاقتصاد أيضاً؛ حيث إنه يُخَفِّض ما تحتاج مصر إلى استيراده.
- استيراد المواد الغذائية يزيد من استخدام الوقود الأحفوري وغازات الاحتباس الحراري.



• تنضج الفاكهة والخضراوات في أوقات أو مواسم مختلفة خلال العام، مثل: البرتقال يُزرع في الموسم الشتوي:

١- أهمية استهلاك البرتقال في موسمه هي:

٢- تتسبب زيادة مساحة الأراضي المزروعة بالبرتقال في:



١- ما أهمية الحصول على الطعام من المصادر المحليّة؟

٢- حدد الأماكن التي يستطيع الأفراد في مجتمعك شراء طعام طازج من المزارعين المحليين.



السلامة الغذائية

• سلامة الأغذية المصنعة وطرق اختبارها



- اختبار الأغذية والمشروبات المصنعة أمر مهم للصحة ولذلك توجد مسؤولية مشتركة بين الجهات المختصة والمستهلك.

• أولاً: الدور الرقابي:

- تقوم الهيئة القومية لسلامة الغذاء بإجراء الفحوصات اللازمة على الأغذية والمشروبات المصنعة لضمان سلامتها.

- تحليل محتويات المنتجات في المختبرات المختصة، للتأكد من خلوها من المواد الضارة، مثل البكتيريا، وللتعرف على نسبة المواد الحافظة المستخدمة.

- تُنظّم عملية تصنيع الأغذية والمشروبات وفقاً لقوانين ومعايير محددة، تتضمن عمليات تفتيش يتم إجراؤها بشكل دائم.

• ثانياً: دور المستهلك:

١- يجب على المستهلك فحص المنتجات المصنعة عن طريق الاختبار الأساسي وهو استخدام الحواس الأساسية (البصر، التذوق، الشم، اللمس).

٢- قراءة ملصق المنتج تضمن اختياراً صحيحاً وأمناً يمكنه من:

- معرفة مكونات المنتج والعناصر الغذائية الموجودة به.

- التحقق من تواريخ الإنتاج والانتهاء للتأكد من أن المنتج لا يزال آمناً للاستهلاك.

- اتباع إرشادات التخزين قبل وبعد فتح العبوة.

• يوجد داخل المطبخ العديد من المنتجات المصنوعة في المصنع، قم باختيار منتجين ثم املأ الجدول:

اسم المنتج	ما شكله وطعمه ورائحته؟	ما الفيتامينات والأملاح المعدنية الموجودة فيه؟	ما تاريخ إنتاجه وتاريخ انتهاء صلاحيته؟	هل هناك تعليمات خاصة بتخزينه؟

اختبر نفسك على الموضوع الحادي عشر

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- تناول القليل من العناصر الغذائية يتسبب في سوء التغذية. ()
- ٢- تحرص السيِّدة لويز إيمانويل مابولو على استخدام مصادر مَحَلِّية عند طهي الطعام. ()
- ٣- يتطلب نمط الحياة الصحي ممارسة الرياضة وتناول الطعام الصحي. ()
- ٤- يجب استخدام مكوّنات مُعلَّبة عند تحضير الطعام. ()
- ٥- تشجع السيِّدة لويز إيمانويل مابولو المزارعين على زراعة البامية للحفاظ على خصوبة التربة. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- يجب استخدام للحصول على طعام صحي ولذيذ.
أ مكوّنات طازجة ب الكثير من الملح ج الكثير من الدهون د الكثير من السكر
- ٢- يجب ممارسة للحصول على نمط غذائي صحي.
أ الرياضة ب الكتابة ج القراءة د ركوب السيارات
- ٣- الإفراط في تناول الطعام يتسبب في
أ تقليل الوزن ب زيادة الوزن ج النحافة د الصعّة الجيدة
- ٤- تشجع السيِّدة لويز إيمانويل مابولو المجتمع على استخدام مصادر مَحَلِّية عند
أ إنتاج الخشب ب صناعة البلاستيك ج طهي الطعام د صناعة الورق

٣ أكمل العبارات الآتية ممّا بين القوسين:

(القلب - ضغط الدم - الأمراض - الكاكاو - طازجة)

- ١- تهدف لويز إيمانويل مابولو إلى تثقيف الناس حول الطهي باستخدام مكوّنات
.....
- ٢- أسّست لويز إيمانويل مابولو مشروعًا في الفلبين يهدف إلى دعم المزارعين ويُعرف بمشروع
.....
- ٣- يُعتبر الطعام الصحي مهمًا لوقاية الجسم من
.....
- ٤- كثرة تناول الملح يمكن أن يؤدّي إلى الإصابة بارتفاع
.....

٤ فكر ثمّ أجب عمّا يأتي:

١- ما أهداف مشروع الكاكاو الذي أسّسته لويز إيمانويل مابولو؟

٢- ما أهمية تقليل استيراد المواد الغذائية في تحقيق الأمن الغذائي بمصر؟

أسئلة الكتاب المدرسي

مُجاب عنها بنهاية الكتاب

على المحور الثالث

١ اقرأ وأجب:

- ١- اذكر ثلاثة أطعمة غنية بالبروتينات يمكن أن يتناولها النباتيون الصُرف.
- ٢- لماذا يُعدُّ تناوُل الوجبات السريعة طوال الوقت ليس أمرًا جيدًا؟
- ٣- كيف يمكن لموظفي مَقْصِف المدرسة عرض الطعام بطريقة ملفته للنظر؟
- ٤- ما الفرق بين الشراب الطبيعي والشراب الصناعي؟
- ٥- كيف يتجنَّب عُمال المصنَّع تلوث الشراب خلال معالجته؟
- ٦- ما العناصر الغذائية النافعة التي يحتويها اللبن؟
- ٧- ما الطرق التي تُستخدَم لحفظ الطعام بشكل صحي وسليم؟
- ٨- ما الحوادث التي يمكن أن تحدث أثناء ممارسة أعمال النجارة؟
- ٩- ما الخطوات الأساسية الأربع للإسعافات الأوليَّة؟ ولماذا هي مهمَّة؟

٢ اكتب:

- اذكر خمسة أمور يمكن أن تقوم بها لتبقى سالمًا وبصحة جيِّدة في حياتك اليومية. وضح كيف يمكن لكلِّ عمل أن يُبقيك سالمًا وبصحة جيِّدة؟

٣ فكِّر ثمَّ اجب:

- ١- بعد المدرسة، كانت فريدة جائعة وكان لديها بعض الدجاج المقلي، سلطة خضار طازجة وقطع من الجبن، زجاجة كبيرة من عصير الفاكهة الصناعي. أيُّ من الخيارات المذكورة هو الأكثر صحة لفريدة؟ برِّر إجابتك.
- ٢- أثناء قيامك بالطَّهو مع أحد أقاربك، تعرَّض لحادث أدَّى إلى جرح أحد أصابعه بسكين حادٍّ عن طريق الخطأ. ماذا تفعل عندها؟

٤ راجع وأجب:

- ١- تخيِّل أنَّك ستطلق حملة توعية لمساعدة الناس على حماية صحتهم. فكِّر في مسألة التغذية والصحة أو السلامة. كيف يمكنك تثقيف الناس حول ذلك؟
- ٢- تخيِّل أنَّك بائع طعام أو شراب، ما الخطوات التي يمكن أن تتَّخذها لتجعل الطعام أكثر صحة، ولافئًا، وأمنًا أكثر؟
- ٣- فكِّر في مهنة قد ترغب في ممارستها. ما أنواع المخاطر والحوادث وحالات الطوارئ التي قد يتعرَّض لها الموظفون في هذه المهنة؟ وما خطوات السلامة التي يمكن أن تتَّخذها؟

٥ كيف نستطيع أن نحيا حياة صحيَّة وسليمة؟

على المحور الثالث

ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١ - تحتوي الوجبات السريعة على نسبة عالية من الفيتامينات والمعادن. ()
- ٢ - يجب فتح النواقد أثناء الطلاء للحفاظ على السلامة. ()
- ٣ - الوجبات السريعة تُعتَبَر غير صحيّة. ()
- ٤ - المكسرات من البدائل النباتية التي تحتوي على البروتين الحيواني. ()
- ٥ - يضاف السُّكَّر والماء للعصير قبل التسخين. ()
- ٦ - يظهر تأثير الإفراط في تناول البروتينات الحيوانية على المدى الطويل. ()
- ٧ - مصر من أكبر الدول المنتجة للبن الجاموسي. ()
- ٨ - يُعتَبَر حمض الأسكوربيك من المواد الحافظة المُستخدَمة لحفظ الطعام. ()
- ٩ - الإفراط في تناول السُّكَّر يُسبِّب أمراض القلب. ()
- ١٠ - يجب أن يحتوي الطعام المغذي على البروتين الحيواني فقط. ()
- ١١ - يُفضَّل تناول الأطعمة المقلية لأنها تحتوي على دهون صحيّة. ()
- ١٢ - يجب تخزين الطعام بعيدًا عن الرطوبة والحرارة المرتفعة. ()
- ١٣ - أجرى د. محمد أحمد غنيم أوّل عملية زراعة كلى في مصر. ()
- ١٤ - التجميد والتعليب من طرق حفظ الطعام في المصنع والمنزل. ()
- ١٥ - يتم إرسال مفتشين للمصنع للتأكد من صحّة تاريخ الصلاحية. ()
- ١٦ - يُستخدَم الملح والسُّكَّر في تخليل الخضراوات وحفظها. ()
- ١٧ - تحتاج عملية تجفيف الطعام إلى نسبة رطوبة عالية. ()
- ١٨ - غسل الخضراوات ضروري قبل عملية التجفيف. ()
- ١٩ - ارتداء نظّارات السلامة أمر ضروري عند القيام بعملية الطلاء. ()
- ٢٠ - يمكن معرفة جودة اللبن من خلال الطعم والرائحة وتاريخ الصلاحية. ()
- ٢١ - عليك الانتباه جيدًا عند استخدام الأدوات الكهربائية، مثل المثقب. ()
- ٢٢ - يمكن تقديم الإسعافات الأوّليّة دون تقييم وضع الشخص المصاب. ()
- ٢٣ - الضغط على جرح شخص مصاب بقطعة قماش يساعد على وقف النزيف. ()
- ٢٤ - لا تُبَاع نمط حياة صحيّ يجب على البالغين والأطفال ممارسة الرياضة يوميًا. ()



اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

- ١ - يجب الاتصال برقم لاستدعاء سيارة الإسعاف.
 أ ١٢٣ ب ١٢٢ ج ١٢٩ د ١٨٠
- ٢ - الوجبات تحتوي على نسبة عالية من الأملاح والدهون.
 أ الصّحية ب السريعة ج المفيدة د الجيدة
- ٣ - البدائل النباتية تحتوي على نسبة بروتين من المنتجات الحيوانية.
 أ أعلى ب متساوية ج أقل د ضخمة
- ٤ - الوجبات السريعة تحتوي على نسبة كبيرة من
 أ الطعام الصّحي ب الفيتامينات ج المعادن د السرعات الحرارية
- ٥ - أثناء خلط السكر بالشراب الطبيعي لا بُدّ أن يكون الشراب ساخناً حتى لا
 أ يفصل ب يتبخر ج يغلي د يتجمد
- ٦ - يساعد التفكير على عرض السلع بطريقة جذابة.
 أ الفلسفي ب العاطفي ج الإبداعي د العلمي
- ٧ - استيراد المواد الغذائية يزيد من استخدام
 أ الآلات الزراعية ب مياه الري ج السماد د الوقود الأحفوري
- ٨ - يُستخدم حمض الكبريتيك لحفظ الطعام في
 أ المنازل ب المصانع ج المدارس د المطاعم
- ٩ - وجود رواسب دهنية عند غلي اللبن، يدل على أن اللبن
 أ جيد ب فاسد ج تم غشه د مبستر
- ١٠ - عملية التجفيف تقوم بإزالة من الأطعمة.
 أ الرطوبة ب البذور ج القشور د الجذور
- ١١ - قام الدكتور بتأسيس أول مركز في الشرق الأوسط لعلاج أمراض الكلى.
 أ مجدي يعقوب ب فاروق الباز ج محمد أحمد غنيم د أحمد زويل
- ١٢ - أثناء القيام بأعمال النجارة يجب طلب المساعدة من شخص آخر عند استخدام
 أ الشاكوش ب مفك البراغي ج ورق الصنفرة د الأدوات الثقيلة
- ١٣ - الإكثار من يُسبب ارتفاع ضغط الدم.
 أ السكر ب التوابل ج الملح د الماء
- ١٤ - يتضمّن المُنتج معلومات خاصّة بالمنتج مثل مكوناته.
 أ ملصق ب إعلان ج محتوى د نوع
- ١٥ - مهمّة الهيئة القومية لسلامة الغذاء تشمل الغذاء.
 أ بيع ب شراء ج اختبار د إلقاء

أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١ - النباتيون المتوازنون لا يأكلون
- ٢ - السعرات الحرارية هي مقياس الذي يمدنا به الغذاء.
- ٣ - يجب ترتيب بطريقة مرتبة ومنظمة لجعل الطعام يبدو شهياً.
- ٤ - لضمان سلامة الوجبات يجب الحفاظ عليها في مناسبة.
- ٥ - الشراب الصناعي مذاقه جداً وله نكهة الفاكهة.
- ٦ - تتم إضافة للشراب لإطالة فترة صلاحيته.
- ٧ - إذا كانت الرواسب فهذا يعني أن نوعية اللبن جيدة.
- ٨ - وجود ورائحة حادة في السائل داخل العلبة يدل على أن المنتج غير صحي.
- ٩ - عند تقطيع الخشب أو ثقبه، تُستخدم لتثبيت الأشياء على الطاولة.
- ١٠ - في وضعية الإفاقة، يتم إمالة الرأس للخلف ورفع لفتح مجرى الهواء.
- ١١ - قام د. محمد أحمد غنيم بإجراء بحوث على زراعة
- ١٢ - يجب على المستهلك فحص المنتجات المُصنَّعة عن طريق الاختيار الأساسي وهو استخدام

أجب عن الأسئلة الآتية:

- ١ - كيف يمكن اختيار وجبات صحية كبديل للوجبات السريعة؟
- ٢ - ما أهمية البروتين النباتي في النظام الغذائي؟
- ٣ - لماذا يجب الحرص على معرفة مصدر اللبن قبل شرائه؟
- ٤ - ما الفوائد الصحية التي توفرها الفواكه والخضراوات؟
- ٥ - ما الهدف من اتباع نظام غذائي صحي؟
- ٦ - كيف يساعد تناول المكسرات في تحسين الصحة؟
- ٧ - ما الغرض من ترتيب الرفوف بطريقة منظمة؟
- ٨ - لماذا يجب أن يكون الشراب ساخناً عند خلطه بالسُّكَّر؟
- ٩ - لماذا يجب تشغيل مروحة الفرن أو فتح باب التجميد؟
- ١٠ - ما الخلايا الجذعية التي أجرى عليها د. محمد أحمد غنيم بحثاً متقدمة؟
- ١١ - لماذا يجب التحقق من تاريخ صلاحية المنتجات قبل شرائها؟
- ١٢ - ما أهمية ارتداء نظارات السلامة عند نشر الأخشاب؟
- ١٣ - كيف يمكن تجنب الحوادث أثناء استخدام الآلات في المصانع؟
- ١٤ - ما أهمية وضعية الإفاقة في الإسعافات الأولية؟

الاختبار الأول

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- يجب الحرص على وضع اليد بعيدًا عن الحواف الحادّة عند تقطيع الخشب. ()
- ٢- الأطعمة المقلية تحتوي على سُعرات حرارية أقل من الأطعمة غير المقلية. ()
- ٣- يمكن تخزين الأطعمة النيئة والمطهية معًا في نفس المكان. ()
- ٤- تساعد اللحوم على عملية الهضم. ()
- ٥- يجب تقديم الإسعافات الأولية بعد تقييم وضع الشخص المصاب. ()

٢ اذكر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- وجود رواسب مُتجَبّنة بعد غلي اللبن يدلُّ على أن اللبن
 أ طازج ب غير طازج ج تالف د ممتاز
- ٢- د. محمد أحمد غُنيَم كان متفوقًا في الدراسة وتخرّج في كلية
 أ الطبّ ب الهندسة ج العلوم د الآداب
- ٣- مرحلة الزجاجات هي المرحلة الأخيرة في عملية صنّع الشراب.
 أ تعقيم ب تعبئة ج كسر د تسخين
- ٤- الوجبات السريعة تحتوي على نسبة كبيرة من
 أ الطعام الصحيّ ب الفيتامينات ج المعادن د السعرات الحرارية
- ٥- الشراب مصنوع من عصير الفاكهة ولا يحتوي على أجزاء منها.
 أ الطبيعي الطازج ب الصناعي ج السيئ د الطبيعي المُعلّب

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- يتم إزالة عند تجفيف الطعام.
- ٢- يجب التأكد من تاريخ قبل شراء أي منتج.
- ٣- تسعى مصر لزيادة المساحات المزروعة لتحقيق الذاتي من الغذاء.
- ٤- يجب تدريب العُمال على كيفية استخدام بشكل صحيح لتجنّب الحوادث.

٤ اجب عمّا يأتي:

- ما أهميّة المواد الحافظة في الشراب؟

الاختبار الثاني

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- تُرسل الفاكهة عَبرَ سيور متحركة من خلال الآلات التي تهرس الفاكهة. ()
- ٢- الركبة المثنية في وضعية الإفاقة تمنع الجسم من التدهرج. ()
- ٣- النظام الغذائي الغني بالدهون والمواد الحافظة يضرُّ بالصحة. ()
- ٤- يمكن مد السلك الكهربائي عَبرَ الممرَّات طالما كان جيد العزل. ()
- ٥- يدخل اللبن في صناعة الزبادي. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

- ١- تنمو في الطعام عند حدوث خطأ في حفظه.
 أ الطيور ب القطط ج البكتيريا د الأعشاب
- ٢- العُمال في المصنع يرتدون لحماية المُنتَجات من التلوُّث.
 أ الساعات الرقمية ب النظارات الشمسية ج الأحذية الرياضية د غطاء الرأس
- ٣- يُفضَّل تناول الخضراء لتخفيف التوتر.
 أ الخضراوات الورقية ب المشروبات الغازية ج الأطعمة المقلية د الحلويات
- ٤- عند إضافة قطرات من صبغة اليود يتحوَّل اللبن المغشوش إلى اللون
 أ الأزرق ب الأحمر ج الأصفر د الأبيض
- ٥- يجب على عُمال المَقْصِف عرض في المَقْصِف.
 أ اللوحات الفنية ب الإعلانات ج شهادات الصحة د القوائم

٣) أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- تَخْصُص د. محمد أحمد غُنيَم في جراحة
- ٢- تساهم الخضراوات في تنظيم الهضم بشكل كبير.
- ٣- ارتفاع ضغط الدم يحدث عند الإقراط في تناول
- ٤- قبل تقديم المساعدة يجب التحقق من نوع التي أصيب بها الشخص.

٤) أجب عَمَّا يأتي:

- ما المكونات الأساسية المُستخدَمة في تحضير المخللات السريعة؟



الاختبار الثالث

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- الإعلانات تُظهر الأشخاص مبتهجين عند تناول الوجبات السريعة. ()
- ٢- عمل د. محمد أحمد عُنيَم كاستاذ في جراحة المسالك البولية بجامعة المنصورة. ()
- ٣- أسست السيِّدة لويز إيمانويل مابولو مشروع الكاكاو بهدف مساعدة المزارعين. ()
- ٤- لا حاجة لمراقبة نبض المصاب حتى وصول المسعفين. ()
- ٥- يفضل أن يتم تجفيف الطعام في الأيام الممطرة. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممَّا يلي:

- ١- تُعتبر غنية بمصادر الأكسدة.
أ اللحوم ب المكسرات ج الدواجن د الألبان
- ٢- يكون المُنتَج الغذائي غير صحي إذا كان السائل الموجود في العلبة له
أ رائحة زكية ب لون زاهي ج رائحة حادة د طعم جميل
- ٣- الشراب لا يحتوي على عصير الفاكهة.
أ الطبيعي الطازج ب الصناعي ج المصير د الطبيعي المُعلَّب
- ٤- الأطعمة غير المعبَّأة يتم داخل أوعية حفظ مخصَّصة.
أ رميها ب تخزينها ج تسخينها د تبريدها
- ٥- يقوم العاملون في المصنع بارتداء غطاء الرأس لحماية المنتجات من
أ التبخُّر ب الغليان ج التلوُّث د التخمر

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- يجب أن يحتوي النظام الغذائي المتوازن على نسبة كبيرة من الخضراوات و.....
- ٢- تُعتبر مقياس الطاقة الذي يمدنا بها الغذاء.
- ٣- الأبخرة المتصاعدة من الطلاء تكون للصحة.
- ٤- يحتوي اللبن على التي تساعد على النمو.

٤ أجب عما يأتي:

- ما مخاطر تناول الأطعمة المقلية؟



المصور
الرابع

الرؤية الفنية للعالم

نشاط التعلم في هذا القسم على



- عناصر التصميم الجيد للحديقة.
- مبادئ التصميم المستخدمة في العلامات التجارية وطرق عرض السلع.
- التصميم والعناصر التقنية خلف الإنتاج المسرحي الجيد.
- فن التطريز وأهميته في توصيل الأفكار.
- الخطوات اللازمة لتصميم ألبوم لشرح خطوات عمل بعض غرز التطريز.



تصميم وتنسيق حديقة

الموضوع الأول

في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادرًا على أن:

- يناقش المفاهيم الأساسية ذات الصلة بتصميم الحدائق.
- يشرح كيفية اتخاذ الخيارات المناسبة عند تصميم حديقة.
- يصمم نموذجًا مجسمًا لقسم من حديقة في مكان عام في مدرسته.



- ما عناصر التصميم التي تجعل من الحديقة مكانًا جميلًا وباعثًا على الراحة والاسترخاء؟

للتعلم:



- أساسيات تصميم الحديقة الجميلة.

- يجب اختيار الطراز المناسب ونوع النباتات والأشجار المناسب لمناخ المنطقة التي ستوجد فيها الحديقة مع مرحلة المساحات المختلفة.

أهمية الحدائق:

- تمنح الأشخاص فرصة للاسترخاء والابتعاد عن ضغوط الحياة.
- توفر هواءً نقيًا وتحسّن من جودة البيئة.
- تُعزّز الصحة النفسية وتمنح الشعور بالسعادة والراحة.





• اختيار الطراز المناسب

- يجب أن يتماشى تصميم الحديقة مع المباني والبيئة المحيطة سواء كانت عامة أو خاصة، ولهذا يجب معرفة الغرض منها، هل هي حديقة:
 - للاسترخاء.
 - لإنتاج الطعام.
 - للاستمتاع بمظهر النباتات.

• اختيار النباتات والأشجار يتم بناء على

نوع التربة

- تأكد من أن النباتات تتوافق مع نوع التربة في المنطقة.

المناخ

- اختر النباتات التي تتناسب مع المناخ في المنطقة التي توجد فيها الحديقة.

أشعة الشمس

- اختر المناطق التي تصل إليها الشمس بصورة جيدة.

حجم النباتات

- يجب مراعاة حجم النباتات عندما تنمو (طولها وعرضها)، وتجنب زراعة أشجار طويلة جدًا بجانب المباني الصغيرة أو نباتات صغيرة بجانب الجدران الطويلة.

ألوان النباتات

- يتم تنسيق الألوان لتحتوي على ١-٣ ألوان رئيسية لإضفاء مظهر متناسق، مثل:
 - ١- الألوان الباردة: تعطي شعورًا بالاسترخاء والهدوء، مثل الأزرق والأخضر.
 - ٢- الألوان الدافئة: تضيف نشاطًا وحيوية للحديقة، مثل الأحمر والبرتقالي.

• عناصر الحدائق

- الممرات: تساعد على التجول وتنظيم الحركة.
- النافورة: تصدر أصواتًا تبعث على الاسترخاء والهدوء.
- النباتات والزهور: تجعل الحديقة جميلة.
- المقاعد والبرجولات: أماكن للجلوس والاسترخاء والاستمتاع بمناظر النباتات المختلفة.



صورة توضّح عناصر الحديقة

• يجب تنسيق الحديقة بزراعة مستدامة لتقليل الأثر البيئي، اختر أساليب بستنة مستدامة مناسبة:

- ١- ريّ نباتات الحديقة بطريقة الرش. ()
- ٢- زراعة نباتات تستهلك الكثير من المياه. ()
- ٣- استخدام المبيدات العضوية لتسميد الحديقة. ()

• التراجع

- ١- ما الغرض من تصميم الحدائق العامة والخاصة؟
- ٢- لماذا يُعدّ من المفيد استخدام عناصر بنائية في الحديقة؟ وما الذي يمكن أن تضيقه؟
- ٣- ما الذي يجب علينا مراعاته عند اختيار النباتات والأشجار والشجيرات لحديقة ما؟

تعليمات عمل الحديقة

• بعد أن تعلمت كيفية تصميم الحقائق:

- يمكنك المشاركة في مسابقة دراسية لتصميم قسم صغير من حديقة في مكان عام أو في مدرستك مع مجموعة من زملائك.
- يمكنك عرض نموذج مجسم لحديقتك لإظهار مدى فهمك لمبادئ تصميم الحقائق.
- ستساعدك الإجابة عن الأسئلة الآتية على تصميم الحديقة بشكل جيد:

١- أين يمكن أن تكون هذه الحديقة؟ وما المباني والمناظر التي يجب أن تكون موجودة بالفعل؟

٢- من سيزور هذه الحديقة؟ ولماذا؟ فكر في الأشخاص الذين سيتولون أعمال الصيانة فيها.

٣- ما أفضل العناصر البنائية المناسبة لحديقة مدرستك التي تم تصميمها؟ فكر في الحجم والشكل المناسبين لكل عنصر. أين ستوضع هذه العناصر؟ وما الفرض الذي ستؤديه؟ اربط خياراتك بأسباب زيارة الناس للحديقة.

٤- ما أنواع النباتات، والأشجار، والشجيرات التي يجب زراعتها في هذا القسم من الحديقة؟ ما الذي عليك أخذه في الاعتبار قبل اختيار الأنواع التي سيتم زراعتها وأماكن زراعتها؟ كيف ستنسق النباتات للتأكد من عرضها بالشكل الأمثل، وسهولة العناية بها؟ كيف يمكنك الحفاظ على حديقتك مستديمة الخضرة؟

اختبر نفسك على الموضوع الأول

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- لون النبات البرتقالي يبعث على الاسترخاء. ()
- ٢- ليس من الضروري معرفة نوع التربة لزراعة نباتات الحديقة. ()
- ٣- نشعر بالهدوء والسعادة عند الذهاب إلى الحدائق. ()
- ٤- تُعتبر البرجولات والمقاعد من عناصر الحديقة الجميلة. ()
- ٥- معرفة حجم النباتات في الحديقة قبل زراعتها أمر غير ضروري. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- أحد عناصر الحديقة التي تصدر أصواتًا تبعث على الاسترخاء والهدوء
 أ الممرّات ب البرجولات ج النافورات د المقاعد
- ٢- عند زراعة النباتات في الحديقة يجب معرفة المنطقة.
 أ شكل ب مناخ ج طراز د لون
- ٣- تؤثر كمية الشمس أو الرياح التي تصل للحديقة على اختيار
 أ البرجولات ب المقاعد ج النباتات د الممرّات
- ٤- لا يُفضّل زراعة أشجار طويلة بالقرب من
 أ مبنى عالٍ ب جدار طويل ج منشأة مرتفعة د مبنى قصير

٣) أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- عند اختيار طراز الحدائق، يجب مراعاة التناسب مع والبيئة المحيطة.
- ٢- يتم اختيار أنواع النباتات في الحديقة بناءً على الموجودة بها الحديقة.
- ٣- الألوان الباردة، مثل الأزرق والأخضر تبعث على
- ٤- يذهب الناس إلى الحدائق بهدف استنشاق

٤) فكّر ثمّ أجب عمّا يأتي:

١- ما العوامل التي يجب مراعاتها عند اختيار النباتات؟

٢- ما الأسباب الرئيسية التي تدفع الأشخاص لزيارة الحدائق؟



تصميم القالب التجاري وطرق عرض السلع

الموضوع
الثاني

في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادراً على أن:

- يتحدث عن مبادئ التصميم المستخدمة في العلامات التجارية.
- يحلّل العلامات التجارية ويتعلّم كيفية تصميم علامة تجارية قوية تترك أثراً لدى العملاء.
- يصمّم أشكالاً بسيطة لطرق عرض السلع.



- ما العلامات التجارية التي يمكنك التعرف عليها من خلال شعاراتها؟ لماذا تعتقد أن بعض العلامات التجارية بارزة أكثر من غيرها؟

التعلّم



- تطوير هويّة العلامات التجارية.

تصميم العلامة التجارية

- لتطوير هويّة تجارية قويّة، يجب اتّباع بعض المبادئ الأساسية.

بسيطاً

يستخدم رسالة واحدة، واضحة قليلة الألوان.

بارزاً

يجب أن يكون فريداً ولا مثيل له، ولا يُنسى.

قابلاً لإعادة تصميمه واستنساخه

يسهل فيه معالجة الصور لأي حجم وأي لون أو بالأبيض والأسود، ويمكن استنساخه بسهولة.

ملائماً

يجب أن يتماشى مع اختيارات العملاء وتفضيلاتهم.

مبادئ
التصميم الجيد
للعلامة التجارية
ينبغي أن
يكون:



سلاح التمييز



- هوية العلامة التجارية هي الطريقة التي يرى بها العالم شركتك.
- تلعب دورًا حيويًا في تحديد ماهية شركتك وما تقدمه من منتجات أو خدمات لا تقدمها الشركات الأخرى؛ لذلك من الضروري أن نجيب العلامة التجارية عن الأسئلة الآتية:

- ١- ما طبيعة الشركة؟
- ٢- ما الذي تقدمه الشركة ولا تقدمه الشركات الأخرى؟
- ٣- من هم العملاء المستهدفون؟
- مثال: هوية العلامة التجارية لسلاح التمييز توضح الآتي عن الشركة:
 - ١- شركة تعليمية.
 - ٢- تقدم محتوى تعليميًا مميزًا للطلاب والطالبات.
 - ٣- تساعد الطلاب والطالبات على التفوق والنجاح.

اللون والطباعة والأسلوب في العلامة التجارية

١- اللون والطباعة والأسلوب في العلامة التجارية
- يساعد اللون والطباعة والأسلوب على تصوّر العلامة التجارية مع مراعاة التفكير في ما يناسب العملاء المستهدفين.

- مثال (١):

• الألوان الهادئة ذات الطابع الرسمي.

روايات
مصرية
للحبيب

• الألوان الحيوية ذات طابع غير رسمي.



كعك

- مثال (٢):

• تحديد لون واحد أو لونين متكاملين أي البساطة في الألوان لإحداث توازن وإيصال الرسالة المراد توصيلها للعملاء.



أدوات غطس



دراجات



٢- التسويق البصري وطرق عرض السلع

• تؤثر طريقة عرض منتجات المتاجر (السلع) في كيفية رؤية العملاء للعلامة

التجارية وتحفيزهم على شرائها؛ حيث:

- يساعد التسويق البصري (استخدام الإضاءة واللون) على لفت انتباه العملاء لشراء المنتج.
- يساعد أسلوب الهرم المستخدم في عرض بعض المنتجات في ترويج السلع.

أسلوب الهرم

أسلوب مُستخدم في ترويج السلع؛ حيث يتم وضع العنصر الأكبر في المنتصف والعناصر الصغرى حوله لتشكيل شكل هرمي.



• اختر علامة تجارية تعرفها جيدًا، ثم أجب عن الآتي:

١- ما العناصر التي تم استخدامها في تصميم هذه العلامة التجارية؟

٢- ما الرسائل التي تنقلها تصميمات هذه العلامة التجارية؟

٣- في رأيك، ما الجمهور المستهدف لهذه العلامة التجارية؟

الخاتمة

١- لماذا تُعتبر البساطة عنصرًا مهمًا في تصميم العلامة التجارية؟

٢- بمَ تُشعرك بعض الألوان عند النظر إلى تصميمات العلامات التجارية؟ وهل تعتقد أن هذا الشعور هو ما أرادت الشركة

أن تجعلك تشعر به؟

٣- ما الطرق التي تستخدمها المتاجر في عرض سلعها ومنتجاتها؟

نظم عرض المنتجات

• فكّر في أحد المتاجر التي زرتها والتي تبيع العديد من المنتجات المختلفة، ثم أجب عن الأسئلة الآتية:

١- كيف يعرض هذا المتجر المنتجات لزيادة المبيعات؟

٢- ما المنتجات التي ستعرضها من كل فئة؟ كيف ستختار المنتجات التي تتناسب معها بشكل أفضل؟

• أفكار مختلفة لتحسين عرض المنتجات:

• يوجد العديد من أساليب التصميم والتسويق البصري للترويج للعلامات التجارية، وأن إيجاد أفضل طريقة لعرض المنتجات يشجّع العملاء على الشراء.



التصميم الهرمي أو (الأسطواني) يُبرز المنتجات على مستوى رؤية العملاء؛ حيث يتم وضع العناصر الأكثر أهمية في المنتصف لجذب الانتباه.

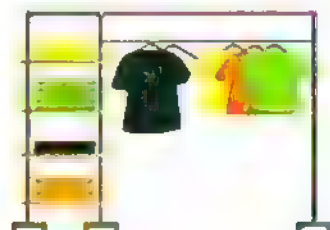


الإضاءة تُضفي أجواء وتُبرز المنتجات.



نقاط البيع الترويجية كأكشاك الفواكه تجذب العملاء.

كتلة اللون تجذب انتباه العميل إلى علامة تجارية معينة على رفّ ما.



اللافتات توجّه الرسائل المتعلقة بهوية العلامات التجارية.



اختبر نفسك على الموضوع الثاني

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- هوية العلامة التجارية تُعبّر عن الطريقة التي يرى بها العالم الشركة. ()
- ٢- لا يلزم أن تكون العلامة التجارية ملائمة للمنتج. ()
- ٣- تساعد الإضاءة على لفت انتباه العملاء وتشجيعهم على الشراء. ()
- ٤- يُفضّل استخدام العديد من الألوان عند تصميم العلامة التجارية لجذب العملاء. ()
- ٥- يجب أن تحمل العلامة التجارية رسالة واضحة يفهمها العملاء بمختلف فئاتهم. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- أحد مبادئ التصميم الجيد للعلامة التجارية أن يكون
 أ معقدًا ب بسيطًا ج غير واضح د سهل النسيان
- ٢- يُعدّ أسلوب الهرم هو الأكثر استخدامًا في السلع.
 أ ترويج ب حفظ ج صناعة د تخزين
- ٣- تقوم بجذب انتباه العميل إلى علامة تجارية معينة على أحد الرفوف.
 أ الإضاءة ب اللافتات ج كتلة اللون د المعروضات الهرمية
- ٤- يجب أن تكون العلامة التجارية
 أ غائرة ب محفورة ج مستوية د بارزة

٣) أكمل المبارات الآتية ممّا بين القوسين:

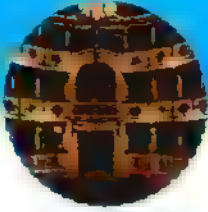
(العلامة التجارية - بسيطة - البصري - السمعي - الهادئة)

- ١- يُعتبر اختيار الألوان من العوامل التي تُحدد وتُبرز الطابع الرسمي للعلامة التجارية.
- ٢- التسويق طريقة لعرض السلع تساعد على لفت انتباه العملاء.
- ٣- يجب أن توضّح هوية العملاء المستفيدين من المنتج.
- ٤- يجب أن تكون العلامة التجارية لإيصال الرسالة دون تشتيت العملاء.

٤) فكّر ثمّ أجب عمّا يأتي:

١- كيف يمكن للتسويق البصري أن يؤثر على قرار الشراء للعميل؟

٢- كيف تساعد هوية العلامة التجارية العملاء في فهم طبيعة الشركة؟



عناصر العرض المسرحي

الموضوع
الهدف

في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادراً على أن:



الهدف

- يتحدّث عن العناصر التقنية للمسرح.
- يصف كيف تساعد العناصر التقنية للمسرح في تقديم تجربة أفضل للجمهور.
- يختار أحد العناصر التقنية لعرض مسرحي ويصمّمه: عرض موسيقي، ديكور، تصميم أزياء، إضاءة، أو أحد العناصر التجارية، مثل برنامج أو إعلانات.



- ما أنواع المناسبات أو المسرحيات أو العروض التي حضرتها في مدرستك؟ ما أكثر شيء استمتعت به؟ ما الذي استمتع به زملاؤك في الفصل؟

لنتعلّم



- وراء الكواليس.



- يحب البعض الذهاب إلى المسرح لاهتمامهم به والتعرّف على مهنة المسرح والأساليب المسرحية والعناصر التقنية للإنتاج المسرحي.

- يحتاج العمل المسرحي لمجموعة من العناصر التقنية لإنتاجه بشكل جيد، مثل:

تصميم الأزياء

الصوت
والموسيقى

الديكور

الإضاءة



العناصر الفنية للمسرح

الضوء

• تتعدد طرق استخدام الإضاءة المسرحية؛ حيث يمكن التحكم فيها من خلال:

- ضبط الزوايا المختلفة للضوء.
- اختيار الألوان المناسبة.
- تحديد مستوى السطوع.

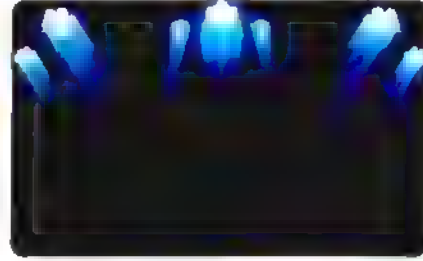
أهمية الإضاءة:

- تساعد على توفير جَوٍّ متوازن.
- تشير إلى وقت معين من اليوم أو حتى مكان ما.
- يمكن تسليط الضوء للتركيز على شخصية أو نشاط أو عنصر معين على المسرح.

تأثيرات الإضاءة:

• مثال:

- 1- الضوء الأزرق يوئد تأثيراً هادئاً أو ليلياً على المسرح.
- 2- الإضاءة المنخفضة تعطي شعوراً بالغموض.

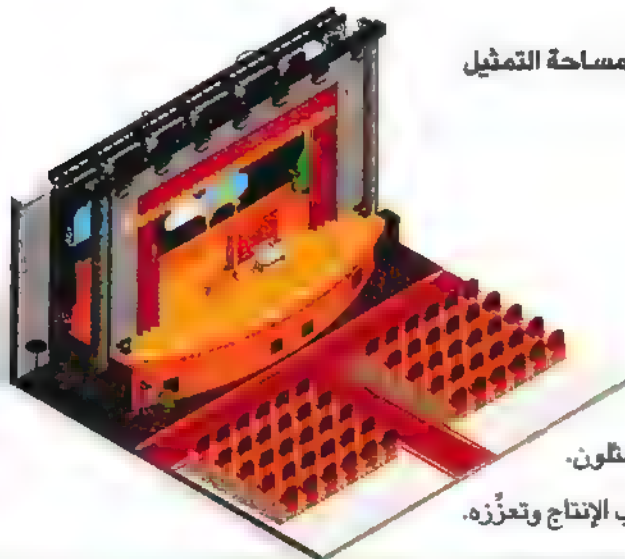


المسرح

• يشمل الديكور كل العناصر الموجودة في مساحة التمثيل

وحولها ، وتشمل:

- 1- الأثاث المُستخدم.
 - 2- الإكسسوارات المختلفة.
 - 3- المناظر الخلفية.
 - 4- المنصّات المرتفعة.
 - 5- تصميم شكل المساحة المسرحية.
 - 6- المداخل والمخارج التي يستخدمها الممثلون.
- يجب أن تتلاءم جميع هذه العناصر مع أسلوب الإنتاج وتعزّزه.





الصوت والموسيقى



- تستخدم بعض العروض الكثير من المؤثرات الصوتية أو الموسيقى في إنتاجها.
- يتم اختيار الأصوات والموسيقى بعناية لتعزيز العمل الفني.
- الصوت، مثل الإضاءة يمكن أن يصنع حالة مزاجية معينة أو جوًا معينًا.

المؤثرات الصوتية:

- يساعد صوت زقزقة العصافير مثلًا على الشعور بأنك موجود في إحدى الحدائق.

الموسيقى:

- تستخدم لإحداث التوتر.



- يستخدم الممثلون بعض العناصر التي يمكن أن يكون لها

تأثير بصري كبير على المشاهدين، مثل:

- ١- الملابس.
- ٢- الشعر المستعار.
- ٣- الإكسسوارات.
- ٤- مستحضرات التجميل.

أهمية الأزياء:

- وصف نوع معين من الشخصيات.
- الإشارة إلى الفترة التاريخية التي حدث فيها ذلك العمل المسرحي.

جميع ما يلي من عناصر المسرحية الناجحة ما عدا:

- الديكور.
- منصات مرتفعة.
- المناظر.
- منصات منخفضة.

التفكير

- ١- ما أهم عنصر في المسرح الحديث؟ ولماذا؟
- ٢- ما التفاصيل التي يمكن أن تقدّمها الأزياء لتحسين الأداء؟
- ٣- ما الذي تحتاج إلى أخذه في الاعتبار عند الإعداد لتقديم مسرحية أو عرض؟

لنمّ من خلال التطبيق

- بعد التعرف على العمل المسرحي والعناصر التي يجب أن تتوفر لعمله بشكل جيد. قم بتنفيذ عمل مسرحي، يمكنك الاستعانة ببعض خطوات العمل المسرحي الآتية لعمل مسرحيتك.

خطوات العمل المسرحي

- **خطوة (١)** عنوان المسرحية: أليس في بلاد العجائب.
- **خطوة (٢)** عناصر المسرحية، مثل تصميم الأزياء؛ وذلك لأن له تأثيرًا بصريًا كبيرًا على المشاهدين ويصف الشخصية بدقة.
- **خطوة (٣)** تحسين العرض المسرحي، مثل تحسين الإضاءة لتناسب مع العمل المسرحي.

مسرحيتك

- **خطوة (١)**
- **خطوة (٢)**
- **خطوة (٣)**

اختبر نفسك على الموضوع الثالث

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- الإضاءة القوية على المسرح تعطي إحساسًا بالغموض. ()
- ٢- يشمل الديكور الأثاث والإكسسوارات والمناظر المُستخدمة في المسرح. ()
- ٣- لوصف نوع معيّن من الشخصيات يجب التركيز على الديكور. ()
- ٤- تُصنّف أزياء المسرح للإشارة إلى الفترة التاريخية الخاصّة بالعمل المسرحي. ()
- ٥- يجب أن تتناسب عناصر المسرح مع أسلوب الإنتاج وتُعزّزه. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- الأزياء تشمل
 أ الإضاءة ب الصوت ج الموسيقى د الشّعْر المستعار
- ٢- الإضاءة المنخفضة على المسرح تعطي شعورًا ب
 أ القوة ب العنف ج الغموض د التوتر
- ٣- يُعتبر من عناصر العرض المسرحي.
 أ الصوت ب الحركة ج الظلام د الكتابة
- ٤- يشمل كل العناصر الموجودة في مساحة التمثيل وحولها.
 أ الصوت ب الديكور ج تصميم الأزياء د الإضاءة
- ٥- الضوء الأزرق في المسرح له تأثير
 أ هادئ ب مزعج ج نهاري د غير واضح

٣) أكمل المبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- أحد عناصر ديكور المسرح المرتفعة.
- ٢- يمكن أن يكون لعناصر تصميم الأزياء تأثير
- ٣- ساعدت الأزياء على وصف نوع معيّن من
- ٤- تُستخدم الموسيقى لإحداث في بعض العروض المسرحية.

٤) فكّر ثمّ أجب عمّا يأتي:

- ١- اذكر مثالاً لاستخدام المؤثرات الصوتية في المسرح.

- ٢- ما العلاقة بين الصوت والإضاءة في المسرح؟



فن التطريز

الموضوع الرابع

أهداف الموضوع  في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادرًا على أن:

- يتحدث عن فن التطريز والهدف منه للتزيين وتوصيل الأفكار.
- يحدّد ويصف كيفية صنع بعض الغرز المستخدمة في التطريز.
- يبحث عبر الإنترنت عن تصميم لعمل قطعة مميزة باستخدام غرز التطريز البسيطة.

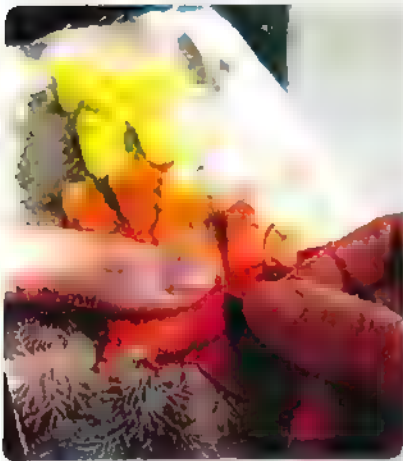
استفسار

- ما المقصود بفن التطريز؟ وما الهدف منه؟

التعلم

- حرفة قديمة.

- الحِرَف القديمة هي حِرَف تقليدية معتمدة على اليد واستخدام الأدوات البسيطة، مثل حرفة التطريز.



• فن التطريز

- يُعرّف فن التطريز بفنّ الرسم بالإبرة على القماش باستخدام الخيوط المتنوعة؛ حيث يتم استخدام الغرز لرسم التصميمات المختلفة على القماش ويمكننا أيضًا المزج بين أنواع الغرز المختلفة لرسم تصميم مميز.

• أهميته

١- يُستخدم لتزيين المنسوجات لأغراض زخرفية.

٢- يُستخدم لتزيين القماش باستخدام أدوات بسيطة، مثل الإبرة والخيط وبعض المواد الأخرى، مثل اللؤلؤ والترتر.

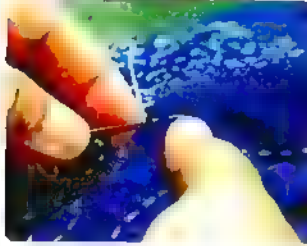
٣- يُستخدم لإيصال أفكار معينة من خلال التصميمات المختلفة على القماش.

٤- يُعدّ جزءًا من تراثنا وثقافتنا، فمعظم التصميمات المطرزة المصرية مستوحاة من حياتنا اليومية وقيمنا ورموزنا

القديمة، ويتم توريثه إلى الأجيال القادمة.



أنواع الغرز



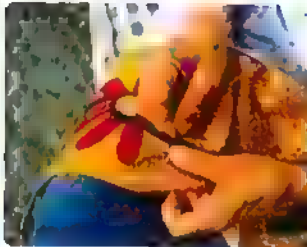
١- غُرزة السراجة



- ١- تُعتبر من غُرَز الخياطة الرئيسية البسيطة.
- ٢- تكون على شكل خطوط متقطعة متساوية أو غير متساوية.

استخداماتها

- ١- تُستخدم في تزيين الملابس والمفارش.
- ٢- تُستخدم في خياطة قطع القماش مع بعضها البعض وإصلاح الملابس.



٢- غُرزة الفرع



- ١- تُعتبر من الغُرَز الأكثر شيوعًا.
- ٢- تكون على شكل خط رفيع.

استخداماتها:

- تُستخدم لتحديد الأشكال المطرزة، مثل الأزهار؛ حيث إنها الغُرزة المثالية لتحديد فراغ وحدة زخرفية تمهيدًا لحشوها (الانتهاء من تطريزها).

• تريد جنى أن تزيّن الفستان الذي تُصمّمه عن طريق تطريزه بالأزهار. أجب عن الأسئلة لمساعدتها:

- ١- ما نوع الغُرزة المناسبة للتطريز؟
- ٢- ما الأدوات التي تحتاجها للقيام بالتطريز؟

التدريب

- ١- لماذا توجد أنواع مختلفة من الغُرَز المستخدمة في التطريز؟
- ٢- هل من المهم أن نحافظ على أمثلة تتعلق بتراثنا الثقافي، مثل تصميمات وأساليب التطريز المحلية؟ ولماذا؟

نتعلم من ظلال التطبيق

- بعد إتقان غُرَزِ التطريز الأساسية، صمّم ألبوم صور يوضّح خطوات إعداد تصميمات تطريز بسيطة:

- اكتب قائمة بالغُرَزِ المستخدمة والخامات وإرشادات السلامة.

- مثال:

- الغُرَز: غُرزة السراجة وغُرزة الفرع.
- الخامات: قطعة من القماش - ألوان مختلفة من الخيوط - إبرة - مقص.

- إرشادات السلامة:

- 1- عدم وضع الإبر في الفم.
- 2- عدم إلقاء الإبر أو المقص على الأرض.
- 3- الحذر عند استخدام المقص وعدم تركه مفتوحًا.
- 4- عدم وضع الإبر في الفم.

الخطوة (٢)

- اكتب ترتيب خطوات عمل كل غُرزة سوف تستخدمها.

الخطوة (٣)

- إرشادات يمكن اتباعها لإبراز الغُرَز في التصميم:

- 1- المزج بين أكثر من نوع من الغُرَز في التصميم الواحد.
- 2- استخدام ألوان مختلفة في كل غُرزة لجعل الغُرزة تظهر بشكل مميز.



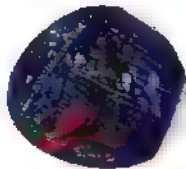
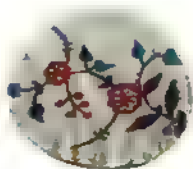
الخطوة (٤)

- اكتب بعض الأفكار المناسبة لابتكار أسلوب ألبومك الخاص.

الخطوة (٥)

- ضع صور المُنْتَج النهائي في نهاية الألبوم:

- أمثلة لتصميمات مختلفة:



اختبر نفسك على الموضوع الرابع

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- يوجد نوع واحد فقط من الغُرَز يُستخدَم في تطريز الملابس. ()
- ٢- يمكن استخدام غُرزة السراجة لتزيين الملابس. ()
- ٣- لا يُعتَبَر التطريز مهمًا للحفاظ على التراث. ()
- ٤- يمكن التعبير عن الأفكار المختلفة باستخدام التطريز. ()
- ٥- غُرزة الفرع تكون على شكل خطوط متقطعة متساوية أو غير متساوية. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- حرفة التطريز من الجِرَف

أ المتطورة	ب الحديثة	ج القديمة	د المعاصرة
------------	-----------	-----------	------------
- ٢- غُرزة السراجة تكون على هيئة خطوط

أ متقطعة	ب رأسية	ج أفقية	د منحنية
----------	---------	---------	----------
- ٣- يمكن استخدام لتزيين الملابس.

أ الصلصال	ب الغُرَز	ج المكعبات	د الحديد
-----------	-----------	------------	----------
- ٤- نستخدم غُرزة لخياطة قطع القماش مع بعضها.

أ الجذر	ب الساق	ج السراجة	د الفرع
---------	---------	-----------	---------

٣) أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- يُعرَف فنُّ التطريز بفنِّ الرسم بـ
- ٢- نستخدم التطريز لتزيين القماش لأغراض
- ٣- إذا أردت تحديد الأشكال المُطرَّزة، فعليك استخدام غُرزة
- ٤- تُستخدَم بعض الأدوات البسيطة في تزيين القماش، مثل الإبرة و.....

٤) شكّر ثمّ أجب عمّا يأتي:

١- ما المقصود بفنِّ التطريز؟

٢- ما الأدوات المُستخدمة في فنِّ التطريز؟

٣- ما الغُرزة الأكثر شيوعًا في التطريز؟



نجيب محفوظ

من هو؟

- مؤلف وروائي وأديب عالمي، يُعدُّ من أهم الأدباء العرب خلال القرن العشرين.
- كان مؤمنًا بأهمية القراءة، ومن أهم مقولاته:
«لن نتطور حتى نقبل أن القراءة ضرورة حياتية».
- كان شغوفًا بقراءة أعمال الكتّاب المصريين والعالميين، مثل: عباس العقاد، ووليام شكسبير، وجوزيف كونراد في عمر مُبكر جدًا.
- بدأ الكتابة في سنِّ السابعة عشر أثناء المرحلة الثانوية.

حياته ووفاته

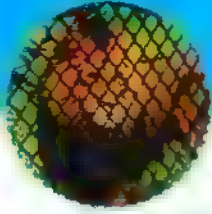
- وُلد في حي الجمالية بالقاهرة في ١١ ديسمبر ١٩١١م، وتوفي في ٣٠ أغسطس ٢٠٠٦م.
- تخرَّج في كلية الآداب قسم الفلسفة بجامعة فؤاد الأول (جامعة القاهرة حاليًا).

أعماله

- اهتمَّ بتصوير أفكار ومشاعر المصريين وتجسيد روح المجتمع المصري.
- اشتهر على نطاق العالم العربي بعد نشر أعماله، فكان من الأدباء البارزين في هذا الوقت.
- قام بكتابة العديد من القصص القصيرة والروايات؛ حيث قام بكتابة مائة قصة قصيرة وثلاثين رواية.
- تُعدُّ رواية «حكمة خوفو» أولى رواياته والتي تدور أحداثها في مصر القديمة، كما تُعدُّ «أفراح القبة» من أشهر رواياته؛ حيث صوِّر بها أفكار ومشاعر المصريين المعاصرين.
- لقت أعماله اهتمامًا كبيرًا من قِبَل شركات إنتاج الأفلام، لبراعته في تصوير الحياة الواقعية للمجتمع.
- تم اقتباس أكثر من ثلاثين قصة قصيرة من أعماله لتصبح أفلامًا.

الجوائز والتكريمات

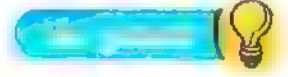
- جائزة الدولة التقديرية في الآداب عام ١٩٦٨م.
- جائزة نوبل في الآداب عام ١٩٨٨م، وبذلك أصبح أول كاتب عربي يحصل على جائزة نوبل للآداب؛ حيث تم وصف أعماله بأنها «فنٌ روائي عربي يتطابق على جميع البشر».
- جائزة قلادة النيل العظمى عام ١٩٨٨م.
- مُنح الدكتوراه الشرفية من الجامعة الأمريكية في القاهرة عام ١٩٩٥م.
- تم تأسيس جائزة باسمه لتكريم الأعمال الأدبية العربية المتميزة في عام ١٩٩٦م.



في نهاية هذا الموضوع يكون التلميذ قادرًا على أن:



- يشرح أهمية العلامة التجارية للمؤسسة.
- يوضح كيف يمكن لاستيعاب الأخلاق الحميدة والتراث الإنساني المحلي يساعد المؤسسات على النجاح.
- يبتكر قطعة فنية من خلال إعادة تدوير القمامة.



- هل تستمتع بابتكار وصناعة الفنون والحرف اليدوية؟ ما الفنون والحرف اليدوية التي ترغب في تعلمها؟ كيف يمكن أن يساعد الفن على حماية الحيوانات البرية؟



• الدكتور توتيلو مودومبا.

- رائد أعمال، ومعلم، ومرشد.
- عالم أحياء حاصل على جوائز في مجال الحفاظ على الحياة البرية.
- حاصل على درجة الدكتوراه في الثروة السمكية والحياة البرية من جامعة ولاية ميشيغان.
- يدرس حاليًا في أوغندا مواد وبرامج متخصصة في الحفاظ على الحياة البرية.
- يهدف إلى تزويد الطلاب بالمعرفة والمهارات لحماية الحيوانات البرية وتعزيز الجهود البيئية.
- خبير في الأنواع المهددة بالانقراض، خاصة الأسد الإفريقي.

أبحاثه وأعماله

- نشر العديد من الأبحاث حول التهديدات التي تواجه الأسد الإفريقي.
- شارك في إنتاج أفلام وثائقية تسلط الضوء على هذه التهديدات لزيادة الوعي العام.
- أسس منظمة «Snare to Wares».

• منظمة «Snare to Wares»

- منظمة غير هادفة للربح أسسها لمكافحة المصائد والفخاخ السلوكية غير القانونية.
- شعار المنظمة يمثل أسدًا محاطًا بسلك، يعكس رسالة الحملة البيئية بوضوح.
- اسم المنظمة جذاب ومتناغم ولافت باللغة الإنجليزية مما يساعد الناس على تذكره بسهولة.

• أهداف المنظمة



- إزالة المصائد والفخاخ السلوكية من المنتزه الوطني بالتعاون مع حُرَّاس الحديقة.
- تحويل المصائد إلى منحوتات ومُجَسِّمات فنية تمثل حيوانات، مثل: الأسود، والزرافات، والفيلة.
- تصبح هذه المصائد فيما بعد منتجات يتم بيعها.

العمل الجماعي: فنانة في إعادة التدوير

- إعادة تدوير الخردة التي كان من الممكن إلّاؤها في أماكن تجميع النفايات لتحويلها إلى سجاد، أكياس، إكسسوارات.
- استفاد بعض الفنانين من العلامة التجارية المصرية الراقصة: المصريون القدماء، واستخدموا الخردة المعدنية لصنع منحوتات وتمائيل فنية، مثل التماثيل النصفية للملكة نفرتيتي.

يُعدُّ الفنانون المصريون والدكتور مودومبا منقذين لكوكب الأرض من أجل خدمة الأجيال القادمة.

• تساعد العلامة التجارية على نجاح منظمة مودومبا من خلال:

- إيصال رسالتها البيئية. ()
- الحفاظ على البيئة. ()
- الحفاظ على النباتات. ()
- حماية الإنسان. ()

لنتراجع

- ١- ما الطرق التي يمكن أن تستخدم بها منظمة «Snare to Wares» المصائد السلوكية؟ وما الجِرف الأخرى التي يمكنهم تصميمها وبإمكانها أن تمثل علامتهم التجارية؟
- ٢- حدِّد أحد المُنتَجات التي تستخدمها. كيف تساعد علامته التجارية على نجاحه؟



معلم من أجل المستقبل

- تُعتبر المبادئ الأخلاقية التي تتبعها منظمّة الدكتور مودومبا هي أحد أسباب نجاحها، وذلك بسبب:
 - الأخذ في الاعتبار التراث الإنساني للمجتمع المحلي المحيط بالمنطقة.
 - تقليل النزاعات والصراعات بين البشر والحياة البرية.
 - وجود القوانين واللوائح التي تمنع الصيد غير القانوني ولكن يوجد العديد من الدول الإفريقية التي يتم فيها صيد الحيوانات البرية بشكل غير قانوني.
 - الدكتور مودومبا وجد طريقة سلمية لإقناع المجتمع باتباع القوانين واللوائح من خلال إشراك أفراد المجتمع في المشروع وتحقيق الكسب المادي منه. نتيجة لذلك بدأ أفراد المجتمع في ربط بقاء الحياة البرية ببقائهم على قيد الحياة.

- بعد قراءتك للمعلومات السابقة. أجب عن الآتي:

١- لماذا يُعدّ اعتماد العمل على الأخلاق الحميدة والتراث الإنساني أمرًا مهمًا؟

.....

.....

.....

٢- ما مدى أهمية أن يتعاون أفراد المجتمع جميعًا لتحقيق هدف ما؟

.....

.....

.....

٣- تقدّم منظمّة «Snare to Wares» طرقًا مختلفة للمساعدة على جمع المصائد والفخاخ وتحويلها إلى منحوتات وتمائيل وتسويقها وبيعها. ما المهام التي يمكنك أن تؤديها داخل هذه المنظمّة؟ ولماذا؟

.....

.....

.....

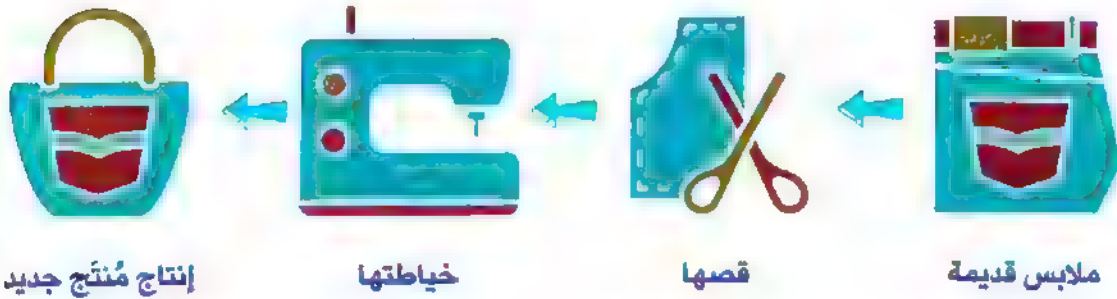


مشروع صغير

- بعد دراسة كيفية استخدام المواد مرة أخرى في شيء مفيد بدلاً من إلقائها بالقمامة عن طريق إعادة تدويرها لتوفير الأموال، يمكن إعادة تدوير الأكياس البلاستيكية والملابس وبكرات مناديل ورق المرحاض والصحف لابتكار شيء جديد:

• مثال: إعادة تدوير الملابس

المواد المُستخدمة	مشاركة العمل	كيف تُسوّق لعملك الفني
خيط - إبرة - ماكينة خياطة - مقص - الملابس المستعملة.	يمكن الاستعانة بوالدتك أو زملائك.	يمكن فعل ذلك عن طريق وسائل التواصل الاجتماعي أو المنشورات.
مكان البيع	الربح	
الإنترنت.	يمكن الاستفادة منه لتلبية الاحتياجات الشخصية أو التفكير في عمل مشروع آخر جديد.	



- قُم بعمل مشروع آخر عن طريق إعادة تدوير القمامة مسترشداً بالمثل السابق:

- المواد المُستخدمة :

- مشاركة العمل :

- كيف تُسوّق لعملك الفني :

- الربح :

اختبر نفسك على الموضوع السادس

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- تركّز أبحاث الدكتور مودومبا على تحديد التهديدات الرئيسية للأسد الإفريقي للانقراض. ()
- ٢- يمكن الاستفادة من المصائد السلكية في عمل منحوتات ومجسّمات للحيوانات البرية. ()
- ٣- قامت مصر بإلقاء الخردة في القمامة بدلاً من الاستفادة منها. ()
- ٤- تستخدم منظمة الدكتور مودومبا علامتها التجارية بشكل فعال لإيصال رسالتها البيئية. ()
- ٥- منظّمة «Snare to Wares» تُعتبَر منظّمة هادفة للربح. ()
- ٦- نشر الدكتور مودومبا أفلاماً وثائقية عن النباتات في بلاده. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- يحاول الدكتور مودومبا حماية من الانقراض.
 أ الأسد الإفريقي ب النباتات الصحراوية ج الأرنب البرية د النباتات المائية
- ٢- قام المصريون بالاستفادة من الخردة في عمل
 أ أقلام ب ملابس ج مفروشات د تماثيل
- ٣- قام الدكتور مودومبا بإزالة المصائد لحماية الحيوانات البرية.
 أ البلاستيكية ب الخشبية ج السلكية د الورقية
- ٤- شعار منظّمة مودومبا عبارة عن يحيط به سلك.
 أ أرنب ب ثعلب ج أسد د فيل
- ٥- استخدمت مصر في صناعة المنحوتات والتماثيل الجميلة، مثل تمثال نصفي للملكة نفرتيتي.
 أ الورق ب الخردة ج البلاستيك د الصلصال

٣) مُكرِّمٌ أجب عما يأتي:

١- ما الهدف الرئيسي من تأسيس منظّمة «Snare to Wares»؟

٢- لماذا يُعتبَر الفنّانون المصريون والدكتور مودومبا منقّذين لكوكب الأرض؟

أسئلة الكتاب المدرسي على المحور الرابع

مُجاب عنها بلهنية للكتاب

١) اقرأ وأجب:

- ١- اذكر بعض الأسباب التي تدفع الناس إلى إنشاء الحدائق.
- ٢- لم يُعتبر كلُّ من طُرق عرض السلع والعلامة التجارية مهمَّين عندما تحاول شركة بيع منتج ما؟
- ٣- اذكر أحد العناصر التقنية للمسرح، ولماذا من المهم تقديم عرض ممتع؟
- ٤- ما هو فنُّ التطريز؟ وما الهدف منه؟
- ٥- ما الأسباب التي تجعل الناس يُعدّون ألبوم صور أو حافظة أعمال لأعمالهم؟

٢) اكتب:

- فكّر في مُنتَج أو أداء وجدته مثيرًا للاهتمام أو مؤثّرًا، ما الذي جعلك ترغب في شرائه أو مشاهدته؟ هل رأيت إعلانًا أو ملصقًا أو عرضًا عنه؟ ناقش كيف أثّر كلُّ من طُرق عرض السلع والتصميم بالمنتج أو الأداء.

٣) فكّر ثمّ أجب:

- ١- ما نوع الحديقة الذي تريد إضافته إلى مدرستك؟ ما الفوائد التي ستقدّمها الحديقة إليك وإلى زملائك في الفصل؟
- ٢- في رأيك، هل من المهم أن تقوم الشركات بتحديث علامتها التجارية من وقت إلى آخر؟ ولماذا؟ برّر إجابتك.

٤) راجع وأجب:

- ١- ما نوع العلامة التجارية التي ستصمّمه لجذب السيّاح لزيارة منطقتك؟ وما الصور أو الأنماط التي ستضيفها إلى هديّة التطريز التذكارية؟
- ٢- في أيّ جانب من جوانب العرض المسرحي تود أن تشارك؟ أفي الكتابة، أو الأداء، أو الديكور، أو تصميم الأزياء، أو الموسيقى، أو الصوت والإضاءة، أو تصميم البرامج، أو الإعلان والترويج؟ ولماذا؟
- ٣- أيّ ألبوم صور أو حافظة أعمال يمكن أن تصنع لتوضيح أو عرض هوايتك؟ صِف خطّتك لإحدى صفحاته.

٥) لماذا يُعتبر التصميم مهمًّا؟



ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١ - عند تصميم الحديقة يجب اختيار عناصر تبعث على الاسترخاء والهدوء. ()
- ٢ - يتم اختيار نباتات الحديقة على حسب نوع التربة الموجودة في الحديقة. ()
- ٣ - يتسبب الصوت الصادر عن النافورة في التلوث الضوضائي. ()
- ٤ - يمكن الاسترخاء في الحديقة بالجلوس في البرجولات. ()
- ٥ - يتم اختيار طراز الحديقة من خلال معرفة نوع الحديقة عامة أم خاصة. ()
- ٦ - تُصمَّم ممزَّات الحديقة لزراعة نباتات الحديقة بها. ()
- ٧ - يجب تصميم العلامة التجارية بشكل بارز لنجاح الإعلان عن الشركة. ()
- ٨ - يمكن استخدام التسويق السمعي من خلال الإضاءة للفت انتباه العميل لشراء المُنتَج. ()
- ٩ - يُستخدَم أسلوب الهرم في ترويج السلع لتحفيز العملاء على شرائها. ()
- ١٠ - يجب استخدام ألوان متعددة عند تصميم العلامة التجارية لإيصال الرسالة المرغوبة من الإعلان. ()
- ١١ - الضوء الأزرق يولّد تأثيرًا هادئًا على المسرح. ()
- ١٢ - يشمل الديكور تصميم مشهد كل شيء داخل مساحة التمثيل فقط. ()
- ١٣ - يمكن معرفة نوع الشخصية على المسرح من الأزياء التي يرتديها الممثل. ()
- ١٤ - يشمل ديكور المسرح المنصّات المرتفعة والإكسسوارات. ()
- ١٥ - الأزياء التي يرتديها الممثلون أثناء العمل في المسرح لها تأثير بصري في المشاهدين. ()
- ١٦ - لا تؤثر الأصوات داخل المسرح في نجاح العمل المسرحي. ()
- ١٧ - تساعد الإضاءة داخل المسرح على توفير جَوٍّ متوازن عند عرضها. ()
- ١٨ - التطريز حِرْفَة تقليدية تعتمد على المهارة اليدوية والإبر والخيط. ()
- ١٩ - التصميمات المُطرَّزة القديمة مستوحاة من الطبيعة والحياة اليومية. ()
- ٢٠ - لا يمكننا المزج بين أنواع الغُرَز المختلفة عند تزيين الأقمشة. ()
- ٢١ - يمكن استخدام غُرزة السراجة في إصلاح الملابس. ()
- ٢٢ - غُرزة الفرع تكون على شكل خطوط متقطعة متساوية أو غير متساوية. ()
- ٢٣ - يمكن تطريز الملابس باستخدام اللؤلؤ. ()

اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

- ١ - العنصر الذي يساعد على تنظيم حركة الزوار في الحديقة هو
 أ المقاعد ب الممرات ج النافورة د البرجولات
- ٢ - عند اختيار النباتات للحديقة يجب مراعاة
 أ سعرها ب جمال شكلها ج مناخ المنطقة د لونها
- ٣ - من عناصر الحديقة التي يمكن الجلوس عليها للاسترخاء والراحة.
 أ الممرات ب النافورات ج المقاعد د النباتات
- ٤ - هوية تُعتبر الطريقة التي يرى بها العالم أي شركة.
 أ الشعار ب العلامة التجارية ج الأفراد العاملين د العملاء
- ٥ - يمكن لفت انتباه العملاء عن طريق الإضاءة لشراء المُنتَج، ويُعتبر ذلك تسويقاً
 أ بصرياً ب سمعياً ج كتابياً د شفهيّاً
- ٦ - يمكن ترويج المُنتَجات باستخدام أسلوب بوضع العنصر الأكبر في المنتصف.
 أ الضغط ب الكتابة ج التحدث د الهرم
- ٧ - يُعتبر من العناصر التقنية لإقامة العمل المسرحي بشكل جيد.
 أ الجماهير ب الشخصيات ج الديكور د المُخرجين
- ٨ - الضوء الأزرق في المسرح له تأثير عند عرض المسرحية.
 أ هادئ ب مزعج ج غاضب د غير واضح
- ٩ - تشمل كل التصميمات والملابس التي يرتديها الممثلون في العرض المسرحي.
 أ الصوت ب الإضاءة ج الأزياء د الديكور
- ١٠ - يُستخدم في تطريز القماش.
 أ الخشب ب اللؤلؤ ج الحديد د الورق
- ١١ - تكون عُزّة السراجة على هيئة خطوط متساوية أو غير متساوية.
 أ متقطعة ب رأسية ج أفقية د منحنية
- ١٢ - يمكن استخدام لتزيين المفروشات.
 أ الصلصال ب العُزّ ج المكعبات د الحديد



أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١ - لا يُفضّل زراعة شجرة طويلة بجانب مبنى
- ٢ - أحد العوامل المهمة في اختيار النباتات معرفة نوع التربة وكمية التي تصل إلى الحديقة.
- ٣ - يجب أن يكون التصميم الجيد للعلامة التجارية ويحمل رسالة واحدة واضحة.
- ٤ - الألوان الحيوية في العلامة التجارية ذات طابع
- ٥ - أسلوب في عرض المنتجات يعني وضع العنصر الأكبر في المنتصف والعناصر الصغرى حوله.
- ٦ - العلامة التجارية يجب أن تكون بحيث لا تُنسى.
- ٧ - يساعد الضوء على توليد تأثير ليلي على المسرح .
- ٨ - تعطي الإضاءة المنخفضة على المسرح شعوراً بـ
- ٩ - يُعرف فنُّ التطريز بفنِّ الرسم بـ على القماش باستخدام الخيوط المتنوعة.
- ١٠ - تُعتبر عُرْزة من العُرْز الأكثر شيوعاً.
- ١١ - حصل نجيب محفوظ على جائزة نوبل في
- ١٢ - أسس الدكتور مودومبا منظّمة غير هادفة لمكافحة المصائد والفخاخ السلوكية.
- ١٣ - يُعد الفنانون المصريون والدكتور مودومبا لكوكب الأرض.

أجب عن الأسئلة الآتية:

- ١ - لماذا يذهب الأشخاص إلى الحدائق؟
- ٢ - ما الفرق بين الألوان الباردة والدافئة في الحديقة؟
- ٣ - كيف يتم توزيع الألوان في الحديقة؟
- ٤ - ما الفرق بين الألوان الحيوية والألوان الهادئة في العلامة التجارية؟
- ٥ - كيف تساهم الإضاءة في عرض المنتجات؟
- ٦ - ما فائدة المعروضات الهرمية أو الأسطوانية؟
- ٧ - ما الأسباب التي تدفع بعض الأشخاص للذهاب إلى المسرح؟
- ٨ - ما العناصر التي يستخدمها الممثلون لعمل تأثير بصري؟
- ٩ - ما العُرْزة الرئيسية البسيطة في التطريز؟
- ١٠ - ما المواد الأخرى التي يمكن استخدامها في التطريز إلى جانب الخيوط؟
- ١١ - ما الأسباب وراء اهتمام شركات إنتاج الأفلام بأعمال نجيب محفوظ؟
- ١٢ - ما فكرة منظّمة «Snare to Wares» وكيف تعمل؟
- ١٣ - لماذا يُعتبر اسم المنظّمة فعالاً من الناحية التسويقية؟



الاختبار الأول

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- يُصنّف الأسد الإفريقي كحيوان مهدّد بالانقراض. ()
- ٢- تساعد إضاءة المسرح على توفير جو متوازن أثناء العمل. ()
- ٣- يُعتبر التطريز من الحِرَف التقليدية القديمة. ()
- ٤- يُفضّل زراعة أشجار طويلة بالقرب من مبنى قصير. ()
- ٥- يجب أن تكون العلامة التجارية معقدة لجذب العملاء. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- تعاون الدكتور مودومبا مع لإزالة المصائد السلكية.
 أ المتطوعين ب حراس الحديقة ج السكان المحليين د الشرطة
- ٢- قام المصريون القدماء بالاستفادة من الخبرة في عمل
 أ ملابس ب أقلام ج مفروشات د تماثيل
- ٣- تُستخدم عُرزة السراجة في
 أ تزيين الملابس ب رسم اللوحات ج إصلاح الورق د تلوين الأقمشة
- ٤- يؤثر اللون الأزرق في المسرح بإعطاء شعور بـ
 أ التوتر ب الغموض ج الهدوء د العنف
- ٥- الأزياء المسرحية تشمل
 أ الإضاءة ب مستحضرات التجميل ج الموسيقى د الصوت

٣) أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- استخدام الإضاءة والألوان في عرض السلع يُعرف بالتسويق.
- ٢- استخدام أسطوانات عرض السلع بشكل يوفر رؤية جيدة للعملاء.
- ٣- أحد عناصر الحديقة التي تنظّم الحركة داخل الحديقة
 أ أحد عناصر الحديقة التي تنظّم الحركة داخل الحديقة
- ٤- يجب أن تكون العلامة التجارية لإيصال الرسالة بوضوح.

٤) أجب عمّا يأتي:

- ما سبب تأسيس الدكتور مودومبا لمنظمة «Snare to Wares»؟



الاختبار الثاني

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- يُعتبر التطريز مهمًا للحفاظ على التراث الثقافي. ()
- ٢- يجب تصميم أزياء المسرح بحيث لا تُعبّر عن شخصيات المسرحية. ()
- ٣- الإضاءة المنخفضة على المسرح تعطي إحساسًا بالهدوء. ()
- ٤- عُزّة الفرع تكون على شكل خطوط مستقيمة دائمًا. ()
- ٥- نشعر بالهدوء والسعادة عند الذهاب إلى الحدائق. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- الإضاءة الخافتة في المسرح تعطي شعورًا بـ
أ العنف ب الغموض ج التوتر د الحيوية
- ٢- التصميم الجيد للعلامة التجارية يجب أن يكون
أ معقدًا ب مزعجًا ج غامضًا د بسيطًا
- ٣- قام الدكتور مودومبا بإزالة المصائد
أ الخشبية ب السلكية ج البلاستيكية د الورقية
- ٤- عند اختيار نباتات الحديقة، يجب مراعاة
أ نوع التربة والمناخ ب لون الأوراق ج اسم النبات د حجم البرجولات
- ٥- يمكن استخدام عُزّة في تحديد الأشكال المطرزة.
أ السلسلة ب البطانية ج الفرع د السراجة

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- الألوان في الحديقة، مثل الأحمر والبرتقالي تبعث على الحيوية والنشاط.
- ٢- يمثل شعار المنظمة محاطًا بسلك.
- ٣- تُساعد المؤثرات على تعزيز العرض المسرحي.
- ٤- تقوم بتوضيح الرسائل المتعلقة بهوية العلامات التجارية.

٤ أجب عمّا يأتي:

- ما وظيفة النافورة في الحديقة؟

الاختبار الثالث

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- يُعتبر نجيب محفوظ أول كاتب عربي يحصل على جائزة نوبل في الأدب. ()
- ٢- يمكن المزج بين أنواع الغرز المختلفة لعمل تصميم معيّن. ()
- ٣- تُساعد المقاعد على حماية الزوّار من أشعة الشمس في الحدائق. ()
- ٤- يُفضّل استخدام الألوان الدافئة في تصميم الحديقة لزيادة الشعور بالاسترخاء. ()
- ٥- تُساعد الإضاءة المنخفضة على المسرح في خلق شعور بالخوف لدى الجمهور. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- الطابع غير الرسمي في العلامة التجارية تُعبّر عنه الألوان
 أ الهادئة ب المتعادلة ج الغامقة د الحيوية
- ٢- التطريز يمكن أن يتم باستخدام
 أ الخيوط فقط ب اللؤلؤ فقط ج غرزة واحدة د الخيوط مع اللؤلؤ
- ٣- تنسيق ألوان الحديقة يتطلّب
 أ لونًا واحدًا فقط ب لونين فقط ج ١-٢ ألوان رئيسية د أكثر من ٥ ألوان
- ٤- يمكن التعبير عن فترة تاريخية معيّنة في المسرح باستخدام
 أ الأزياء ب الموسيقى ج الصوت د الإضاءة
- ٥- نشر الدكتور مودومبا أفلامًا وثائقية عن
 أ النباتات البحرية ب النباتات الصحراوية ج الحيوانات البرية د الحشرات

٣) أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- يُعتبر التسويق من العناصر المهمة لجذب العملاء في المحلات التجارية.
- ٢- من أشهر مقولات «لن نتطور حتى نقبل أن القراءة ضرورة حياتية».
- ٣- الهدف الرئيسي للمنظمة هو إزالة المصائد غير القانونية.
- ٤- تساعد زيارة على الاسترخاء والهروب من ضغوط الحياة.

٤) أجب عمّا يأتي:

- عرّف فنّ التطريز.



المراجعة العامة

أهم المصطلحات

المصطلح	التعريف
النباتيون المتوازنون	الأشخاص الذين لا يأكلون اللحوم، ولكنهم يأكلون البيض ومنتجات الألبان والعسل.
النباتيون الصُرف	الأشخاص الذين لا يأكلون منتجات من أي مصدر حيواني.
السرعات الحرارية	مقياس (كمّية) الطاقة الذي يمدّها بها الغذاء.
الشراب الطبيعي الطازج	الشراب المعصور مباشرة من الفاكهة.
الشراب الطبيعي المُعلَّب	شراب مصنوع من عصير الفاكهة، والسكر، والماء، والمواد الحافظة.
الشراب الصناعي	شراب يُصنع من ماء، سكر، لون صناعي، نكهة صناعية، ومواد حافظة.
تاريخ انتهاء الصلاحية	التاريخ الذي يجب أن يتم قبله استهلاك المُنتَج، وبعد هذا التاريخ لا يمكن ضمان سلامة المُنتَج وجودته.
التجفيف	طريقة لحفظ الطعام، يتم فيها إزالة الرطوبة من الأطعمة.
هويّة العلامة التجارية	الطريقة التي يرى بها العالم شركتك.
فنّ التطريز	حرفة تقليدية لتزيين القماش باستخدام إبرة وخيط أو مواد أخرى، مثل اللؤلؤ والتُرتر.
غُرزة السراجة	غُرزة تكون على شكل خطوط متقطعة متساوية أو غير متساوية.
غُرزة الفرع	غُرزة تكون على شكل خط رفيع.

أهم الشخصيات

د. محمد أحمد غنيم

أعماله

- أجرى بحثاً متقدماً في العلوم الجراحية، وقدم فيها العديد من الأساليب الجراحية الحديثة.
- قام بنشر العديد من الكتب والمقالات العلمية على الصعيد المحلي والعالمي.
- قام بإجراء أول عملية لزراعة الكلى في مصر عام ١٩٧٦ م.
- قام مؤخراً بإجراء بحوث علمية متقدمة على زراعة الخلايا الجذعية (هي نوع من الخلايا التي تنشئ جميع أنواع الخلايا الأخرى، مثل خلايا الكبد أو الكلى).
- عضو في العديد من الجمعيات الطبية، مثل الجمعية الفرنسية لجراحة المسالك البولية وجمعية جراحة الأورام بأمريكا.
- عمل أستاذاً زائراً في العديد من الجامعات حول العالم.

الجوائز التي حصل عليها

- تم منحه درجة الدكتوراه الشرفية في الطب من جامعة جوتنبرج في السويد.
- جائزة الدولة التقديرية في العلوم الطبية في مصر عام ١٩٩٧ م.
- جائزة ميدالية سان بول من الجمعية البريطانية للمسالك البولية عام ١٩٩٢ م.
- جائزة الملك فيصل العالمية عام ١٩٩٩ م.
- جائزة مبارك في مجال الطب عام ٢٠٠١ م.

الأديب نجيب محفوظ

أعماله

- اهتم في رواياته بتصوير أفكار ومشاعر المصريين، وتجسيد روح المجتمع المصري مستمداً الإلهام من منزل عائلته والبيئة المحيطة به.
- اشتهر نجيب محفوظ على نطاق العالم العربي بعد نشر أعماله، فكان من الأدباء البارزين في هذا الوقت.
- قام بكتابة العديد من القصص القصيرة والروايات؛ حيث قام بكتابة مائة قصة قصيرة وثلاثين رواية.
- تُعد رواية «حكمة خوفو» أولى رواياته والتي تدور أحداثها في مصر القديمة، كما تُعد «أفراح القبة» من أشهر رواياته أيضاً.

الجوائز التي حصل عليها

- جائزة الدولة التقديرية في الآداب عام ١٩٦٨ م.
- جائزة نوبل في الآداب عام ١٩٨٨ م، وبذلك أصبح أول كاتب عربي يحصل على جائزة نوبل للآداب؛ حيث تم وصف أعماله بأنها «فنٌ روائي عربي ينطبق على جميع البشر».
- جائزة قلادة النيل العظمى عام ١٩٨٨ م.
- مُنح الدكتوراه الشرفية من الجامعة الأمريكية في القاهرة عام ١٩٩٥ م.
- تم تأسيس جائزة باسمه لتكريم الأعمال الأدبية العربية المتميزة في عام ١٩٩٦ م.

مشروع الفصل الدراسي الثاني



١ اقرأ الموضوع الآتي، واعمل على تنفيذه.

الموضوع:

- تخيل أنك ستُنظّم حدثًا خيريًا لجمع الأموال من أجل إنشاء حديقة عامّة في مجتمّعك المحلي، سوف تعمل ضمن فريق لتقديم عرض مسرحي لهذا الحدث الخيري، والتخطيط لطاولة بيع الطعام والمشروبات فيه، وتصميم سِلَع مناسبة لبيعها إلى الحاضرين، ووضع برنامج أو إعلان عنه.

٢ اختر أعضاء فريقك. مع من تعمل؟

اسم الطالب	رقم الجلوس

٣ عصف ذهني

فكر في الأفكار الآتية، وناقشها ضمن فريقك.

- ١- ما نوع الحديقة التي تريد أن يطورها مجتمّعك المحلي؟
- ٢- ما الاسم الذي ستطلقه على حدثك الخيري؟ وما الشعار الذي ستستخدمه للإعلان عنه؟ وأي صورة أو تصميم يمكنك أن تستخدم في شعارك؟
- ٣- ما موضوع أداذك المسرحي؟ وما العناصر التقنية التي ستستخدمها لجعلها الأقوى للجمهور؟
- ٤- ماذا سيكون في قائمة طاولة الطعام؟ وكيف ستعرضون الأصناف بطريقة لافتة إلى حد كبير؟ وكيف ستحافظ على سلامة الطعام وصحته؟
- ٥- كيف ستستخدم الإعلان لإقناع الناس بالمجيء إلى الحدث الخيري؟

اسم الطالب	رقم الجلوس



٤ التخطيط

- قرّر من سيكون مسؤولاً في كل مرحلة من مراحل المشروع. احرص على مراجعة الدروس المتعلقة بهذا المشروع لإيجاد مزيد من المعلومات، لمساعدتك على كل مهمة.

الدروس التي يوجد بها معلومات عن موضوع هذا المشروع	من سيعمل؟ وعلى أي مهمة سوف يعمل؟
	تخيّل الحديقة الجديدة المثالية للمجتمع.
	اسم للحدث، وشعاره، ورمزه.
	التخطيط للأداء المسرحي، بما في ذلك العناصر التقنية.
	التخطيط لقائمة طعام مغذية وعرض الطعام بشكل لافت.
	تصميم الأصناف المتعلقة بالحدث.
	إنشاء برنامج أو إعلان عن الحدث.

٥ العمل ضمن فريق

- يجب أن يجتمع أعضاء الفريق ككل مرة أخرى لمراجعة جميع التصميمات والمخططات والأفكار.
- قم بالتغييرات أو التحسينات الضرورية لعمل المشروع.

٦ منتجنا النهائي. اعرض مخططك وتصميماتك أمام زملائك في الفصل.

المهام الأدائية



١ دعوت صديقك النباتي المتوازن على الغداء، قم بإعداد قائمة الطعام الذي ستقدمه له:

- أ _____
- ب _____
- ج _____
- د _____

٢ طلب منك معلمك إعداد قائمة بالأشياء التي تصلح للبيع في المَقْصِف المدرسي:

- أ _____
- ب _____
- ج _____
- د _____

٣ وقع زميلك على الأرض فجرح ونزفت قدمه، كيف تساعد في وقف النزيف؟

- أ _____
- ب _____
- ج _____
- د _____

اقتراح للإجابة

أ بيض، جبن، خس، طماطم.

ب كشري، بيض مسلوق.

ج محشي ورق عنب، فلفل محشي.

د لوبيا، أرز، سلطة خضراء.

٢ أ ساندويتش جبن مع ورق الخس والطماطم.

ب أدوات مدرسية.

ج عصائر طبيعية.

د زجاجات المياه.

ب ارفع الطرف المجروح إلى أعلى فوق القلب.

٣ أ اضغط بقوة على الجرح بقطعة قماش نظيفة.

د ضمّد الجرح.

ج نظّف الجرح.



٤ يقوم بعض البائعين بغش اللبن بعدة طرق مما يؤثر على صحة المستهلك بالسلب والضرر، اذكر ثلاثاً من طرق غش اللبن وطرق كشف كل طريقة منهم كما بالصور:



ج المادّة:

الكشف:



ب المادّة:

الكشف:



أ المادّة:

الكشف:

٥ يعمل إيهاب في مصنع لصناعة العصائر، لذا عليه الالتزام ببعض التدابير الصحيّة حتى لا يُصاب بالضرر أو يفسد المشروب، اذكر أربعة من هذه التدابير:



أ

ب

ج

د

اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

- ١- الأشخاص النباتيون المتوازنون يأكلون منتجات
 أ اللحم ب الألبان ج الخضراوات د الدواجن
- ٢- تبدو الإعلانات ممتعة ويظهر الأشخاص في الإعلانات سعداء هي رسالة تسويق
 أ العقارات ب السلع ج الأفكار د الأجهزة
- ٣- يعمل طاقم المَقْصِف المدرسي بـ للتأكد من جودة الوجبات المقدّمة.
 أ جد ب كسل ج ملل د استهتار
- ٤- لا يأكل منتجات من مصدر حيواني.
 أ النباتي المتوازن ب النباتي الصّرف ج أكلو اللحوم د أكلو الأسماك
- ٥- من العادات غير الصحيّة
 أ تناول الخضراوات ب تناول الفواكه ج تناول الأطعمة المقلية د ممارسة الرياضة
- ٦- يجب الاحتفاظ بالأطعمة في درجة حرارة
 أ عالية ب مناسبة ج منخفضة د متغيرة
- ٧- تحتوي البدائل النباتية على نسبة من البروتينات الحيوانية.
 أ أعلى ب أقل ج متساوية د متفاوتة
- ٨- تتميز الوجبات السريعة بأنها التحضير.
 أ سريعة ب بطيئة ج متوسطة د صعبة
- ٩- يجب تخزين الطعام بشكل
 أ مؤقت ب سليم ج سيئ د صحي
- ١٠- من البدائل النباتية للحصول على البروتين
 أ البيض ب الدجاج ج لحم البقر د البقوليات
- ١١- من بدائل شُرْب المياه الغازية شُرْب
 أ العصائر المعلّبة ب الماء ج القهوة د الشاي
- ١٢- يتم الأطعمة غير المغلفة داخل أوعية حفظ مخصّصة.
 أ رمي ب تبريد ج تسخين د تخزين
- ١٣- من البروتينات الحيوانية
 أ اللحم ب العدس ج الفول د الخضراوات
- ١٤- من بدائل الوجبات السريعة تناول البطاطس المشوية بدلاً من البطاطس
 أ المسلوقة ب المقلية ج المهروسة د الطازجة
- ١٥- تتطلّب الوجبة الغذائية خيارات متوازنة بين البروتين
 أ الحيواني ب الخالي من الدهون ج النباتي د النباتي والحيواني

محافظة المنوفية

إدارة منوف التعليمية

اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

- ١- يُعتبر من البروتينات الحيوانية.

أ البيض	ب البسلة	ج الفراولة	د الخس
---------	----------	------------	--------
- ٢- الوجبات تحتوي على نسبة عالية من الأملاح والدهون.

أ الصحية	ب السريعة	ج المفيدة	د الجيدة
----------	-----------	-----------	----------
- ٣- البدائل النباتية تحتوي على نسبة بروتين من المنتجات الحيوانية.

أ أعلى	ب متساوية	ج أقل	د ضخمة
--------	-----------	-------	--------
- ٤- الوجبات السريعة تحتوي على نسبة كبيرة من

أ الطعام الصحي	ب السعرات الحرارية	ج المعادن	د الفيتامينات
----------------	--------------------	-----------	---------------
- ٥- المنتجات تحتوي على دهون غير صحية.

أ النباتية	ب الصناعية	ج الورقية	د الحيوانية
------------	------------	-----------	-------------
- ٦- يساعد التفكير على عرض السلع بطريقة جذابة.

أ الفلسفي	ب العاطفي	ج الإبداعي	د العلمي
-----------	-----------	------------	----------
- ٧- الأطعمة غير المعبأة يتم داخل أوعية حفظ مخصصة.

أ رميها	ب تخزينها	ج تسخينها	د تبريدها
---------	-----------	-----------	-----------
- ٨- يجب الطعام بشكل آمن للحفاظ عليه من الملوثات والجراثيم.

أ رمي	ب تخزين	ج تبريد	د هرس
-------	---------	---------	-------
- ٩- كل ممّا يلي يُعتبر من الوجبات السريعة ما عدا

أ الفاكهة	ب الدجاج المقلي	ج البطاطس المقلية	د البرجر المقلي
-----------	-----------------	-------------------	-----------------
- ١٠- الوجبة يجب أن تكون متوازنة بين البروتين النباتي والحيواني.

أ السريعة	ب المفيدة	ج غير صحية	د المخزنة
-----------	-----------	------------	-----------
- ١١- تُعتبر البقوليات مصدرًا جيدًا لـ النباتي.

أ المياه	ب الألياف	ج السكّريات	د البروتين
----------	-----------	-------------	------------
- ١٢- الشخص الذي لا يأكل اللحوم ولكنه يشرب اللبن يُسمى بشخص

أ غير صحي	ب نباتي صِرف	ج يمارس رياضة	د نباتي متوازن
-----------	--------------	---------------	----------------
- ١٣- يُعتبر من العادات غير الصحية التي يتّبعها الناس.

أ تناول الفاكهة	ب شُرب المياه الغازية	ج شوي الطعام	د ممارسة الرياضة
-----------------	-----------------------	--------------	------------------
- ١٤- تناول وجبات تحتوي على نسبة عالية من يضرّ بصحة الإنسان.

أ الألياف	ب الفيتامينات	ج الكالسيوم	د الدهون
-----------	---------------	-------------	----------
- ١٥- يظهر الأشخاص في إعلانات الوجبات السريعة وهم

أ سعداء	ب نائمون	ج غاضبون	د متشائمون
---------	----------	----------	------------



محافظة الغربية

إدارة غرب المحلة التعليمية

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- الشراب الصناعي يحتوي على ألوان ونكهات صناعية. ()
- ٢- تنظم اللحوم عمل الجهاز الهضمي. ()
- ٣- الإفراط في تناول الفاكهة يُسبب أمراض القلب. ()
- ٤- من أسباب انتشار الوجبة السريعة إعلاناتها التليفزيونية الممتعة. ()
- ٥- تتميز الوجبة السريعة بأن طعمها رائع وشهية ولذيذة. ()
- ٦- شُرب الشاي بعد الأكل مباشرة قد يُسبب فقر الدم. ()
- ٧- استخدام أوراق لتغليف الطعام أحد طرق تخزين السلع في المَقْصِف المدرسي. ()
- ٨- تُعد البطاطس المقلية والبيتزا من أمثلة الوجبات الصحيّة. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- الأشخاص النباتيون المتوازنون يأكلون منتجات
 أ اللحوم ب الألبان ج الخضراوات د الدواجن
- ٢- مصدر جيد للبروتين النباتي
 أ البقول ب اللبن ج اللحوم د البيض
- ٣- الوجبات السريعة طعمها
 أ جيد ب سيئ ج متوسط د غير مقبول
- ٤- لا بُدّ من اختيار الوجبات التي تحتوي على نسبة منخفضة من
 أ الدهون ب الأملاح ج الفيتامينات د المعادن
- ٥- عند تخزين الطعام يجب تخصيص أوعية للأطعمة الساخنة وأخرى
 أ للباردة ب للمطبوخة ج للمغلّفة د للمجمّدة
- ٦- تقاس الطاقة في الوجبات السريعة بـ
 أ سرعات حرارية ب نسبة الطعام ج المياه د كيلو جرام
- ٧- يحتاج التلاميذ إلى نظام غذائي صحيّ لأنه يساعد على
 أ زيادة الوزن ب نشاط طول اليوم ج الخمول د النوم الطويل

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- تتم إضافة المواد الحافظة إلى العصير الطبيعي الطازج. ()
- ٢- غطاء الرأس والقفازات التي يرتديها العمال ضرورية لحماية المنتج. ()
- ٣- التأكد من تاريخ صلاحية منتجات الألبان من الأمور الضرورية. ()
- ٤- التجفيف والتجميد أحد طرق حفظ الطعام. ()
- ٥- ارتداء نظارة السلامة ضروري عند القيام بنشر الخشب. ()
- ٦- يجب الاتصال برقم ١٢٣ لاستدعاء سيارة الإسعاف عند الإصابة الخطيرة. ()
- ٧- يتطلب نمط الحياة الصحي ممارسة الرياضة والطعام الصحي. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

- ١- تقوم بمعالجة العصير الطبيعي والشراب الطبيعي.
 - ٢- يجب العصير لقتل الميكروبات.
 - ٣- يتم إضافة للألبان وهو يُعتبر مادة حافظة قوية قد تكون ضارة.
 - ٤- يكون المنتج الغذائي إذا احتوى السائل الموجود به على فقاعات.
 - ٥- يُعدّ التمليح أحد طرق حفظ
 - ٦- عند حمل الآلات الحادة الثقيلة أثناء العمل يمكن الاستعانة بـ
 - ٧- الإفراط في تناول الطعام يتسبب في
 - ٨- يتم وضع الشخص في وضعية الإنفاة.
- | | | | |
|--------------------------|------------------------|----------------|--------------------|
| أ المصانع | ب النوادي | ج المستشفيات | د المدارس |
| أ تجميد | ب شرب | ج رمي | د تسخين |
| أ النشا | ب الثلج | ج الفورمالين | د الزبادي |
| أ فاسداً | ب صحياً | ج طازجاً | د جيّداً |
| أ الكتب | ب الطعام | ج اللبن | د الحلوى |
| أ طفل صغير | ب شخص بالغ | ج مسن | د مراقب |
| أ تقليل الوزن | ب زيادة الوزن | ج النحافة | د الصحة الجيدة |
| أ فاقد الوعي ولكنه يتنفس | ب فاقد الوعي ولا يتنفس | ج المصاب بنزيف | د المصاب بجرح خفيف |



محافظة الدقهلية

٢

إدارة غرب المنصورة التعليمية

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- الشراب الصناعي مذاقه سكري جدًا. ()
- ٢- مصر من أكبر منتجي اللبن الجاموسي في العالم. ()
- ٣- يجب القيام بالإسعافات الأولية حتى لو كانت الإصابة خطيرة. ()
- ٤- العصير المُعلَّب طبيعي وطازج. ()
- ٥- الإقراط في تناول الملح يُسبب انخفاضًا في ضغط الدم. ()
- ٦- خطوة تقدير الوضع هي أول خطوة لتقديم الإسعافات الأولية. ()
- ٧- لا نحتاج إلى اللبن عند صناعة الجبن والزبادي. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

- ١- يتحول اللبن الفاسد إلى اللون عند إضافة قليل من اليود إليه.
أ الأصفر ب الأصفر مائل إلى البُنِّي ج الأزرق د البُنِّي
- ٢- يجب الاتصال برقم لاستدعاء سيارة الإسعاف.
أ ١٢٢ ب ١٢٣ ج ١٢٤ د ١٢٥
- ٣- السيدة لويز إيمانويل
أ مزارعة ب طاهية ج طبيبة د معلّمة
- ٤- يُضاف إلى اللبن لتعديل قوامه بعد نزع المادة الدهنية.
أ الماء ب الفورمالين ج النشا د اليود
- ٥- درس د. محمد أحمد عُنيَم في كلية
أ الطب ب العلوم ج الزراعة د التربية
- ٦- الإقراط في تناول الطعام يُسبب
أ اللياقة البدنية ب زيادة الوزن ج الصحة الجيدة د تقليل الحجم
- ٧- درست السيدة لويز إيمانويل التنمية الاقتصادية في
أ أمريكا ب الصين ج اليابان د مصر
- ٨- عملية تجفيف الطعام في الفرن تحتاج إلى درجة حرارة
أ عالية ب متوسطة ج منخفضة د عالية جدًا

محافظة المنيا

إدارة المناهج التعليمية

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- مادة النشا تُعتبر من المواد الحافظة التي تُضاف للبن. ()
- ٢- يتم تعقيم الزجاجات بواسطة آلات خاصة. ()
- ٣- لا بُدّ من تسخين العصير لقتل الميكروبات. ()
- ٤- لا بُدّ من فتح النوافذ أثناء القيام بعملية الطلاء. ()
- ٥- يمكننا تغيير ريشة المنقب أثناء توصيله بالكهرباء. ()
- ٦- يجب الضغط برفق على الجرح الذي ينزف بقطعة قماش نظيفة. ()
- ٧- تساعد الخضراوات والفواكه على عملية الهضم. ()
- ٨- لا يمكن علاج الجروح الطفيفة إلا بالذهاب إلى المستشفى. ()
- ٩- الشراب الصناعي المُعلّب يحتوي على أجزاء من الفاكهة. ()
- ١٠- زيادة مساحة الأراضي الزراعية أمر مهم للاقتصاد المصري. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- الأطعمة غير المعبأة يتم داخل أوعية حفظ مخصصة.
- أ رميها ب تخزينها ج تسخينها د حرقها
- ٢- يتكون الشراب الصناعي من ماء وسكر ومواد
- أ طبيعية ب حافظة ج صلبة د عضوية
- ٣- يتم إضافة للألبان ويُعتبر مادة حافظة قوية قد تكون ضارة.
- أ الثلج ب الفورمالين ج الزبادي د الماء
- ٤- يُعدّ التمليح أحد طرق حفظ
- أ الكتب ب اللبن ج الطعام د النقود
- ٥- يجب أن تكون النوافذ عند القيام بعملية الطلاء.
- أ مفتوحة ب مغلقة ج مظلمة د موصدة

اختبارات سلاح التلميذ

على الفصل الدراسي الثاني

مُجَلَّب عنها بنهاية الكتاب

الاختبار الأول

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- يقع على عاتق طاقم المَقْصِف مسؤولية التأكد من جودة الوجبات. ()
- ٢- الحِرَف القديمة هي حِرَف تقليدية تعتمد على الإبر والخيط فقط. ()
- ٣- حصل الأديب نجيب محفوظ على جائزة الدولة التقديرية. ()
- ٤- يمكن استخدام حقيبة الإسعافات الأولية لعلاج الإصابات والكسور الخطيرة. ()
- ٥- منظمة الدكتور مودومبا تستخدم علامتها التجارية بشكل فعّال لإيصال رسالتها البيئية. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- تصميم الأزياء تأثيره في الجمهور لنجاح المسرحية.
أ ضوضائي ب صوتي ج سمعي د بصري
- ٢- يمكن الجلوس على في الحدائق العامة للاسترخاء.
أ المقاعد ب الأشجار ج الممرّات د النافورة
- ٣- يكون المُنْتَج الغذائي عند احتواء السائل الموجود به على فقاعات.
أ طازجًا ب صحّيًا ج غير صحّي د جيّدًا
- ٤- المحاصيل التي شجّعت لوزير على زراعتها مع الكاكا هي
أ الذرة والقمح ب البامية واليقطين ج الأرز والشعير د الفول والعدس
- ٥- أولى مراحل تصنيع العصير الطبيعي هي الفاكهة.
أ تعبئة ب تخزين ج زراعة د حصاد

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- لفت انتباه العملاء عن طريق الإضاءة والألوان لشراء المُنْتَج، يُعتَبَر تسويقًا
- ٢- الشخص هو الذي يختار بدائل نباتية عوضًا عن البروتينات الحيوانية.
- ٣- يجب فتح عند القيام بأعمال الطلاء لتهوية المكان.
- ٤- يتم العصير لقتل الميكروبات.

٤ فُكِّر وأجب:

- ما الوجبات السريعة؟



الاختبار الثاني

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- الخضراوات الورقية الخضراء تُعتبر نوعًا من البروتين الحيواني. ()
- ٢- الشهادة الصحية للمقصف غير ضرورية عند عرض السلع. ()
- ٣- التجفيف في الشمس يُعدُّ من طرق تجفيف الأطعمة في المنزل. ()
- ٤- يولّد الضوء الأزرق تأثيرًا مزعجًا على المسرح. ()
- ٥- تنظيف العصير المنسكب على الأرض أحد احتياطات السلامة في المصنع. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

- ١- تكون عُرْزة السراجة على شكل خطوط متساوية أو غير متساوية.
- أ متقطعة ب منحنية ج أفقية د رأسية
- ٢- تمنع الركبة الجسم من التدحرج أثناء إفاقة المريض.
- أ المستقيمة ب المكسورة ج المثنية د المرتخية
- ٣- تقوم بجذب انتباه العميل إلى علامة تجارية معيّنة على رفٍّ ما.
- أ الإضاءة ب كتلة اللون ج اللافتات د الطباعة
- ٤- قام مودومبا بإزالة المصائد لمساعدة حُرّاس الحديقة وحماية الحيوانات البرية.
- أ السلكية ب الورقية ج البلاستيكية د الخشبية
- ٥- كان نجيب محفوظ أول كاتب عربي يحصل على جائزة
- أ نوبل في السلام ب الاتحاد الثقافي ج التميز الإعلامي د نوبل في الآداب

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- يجب تغيير ريشة المثقب بعد فصله عن
- ٢- شُرْب الشاي بعد الأكل مباشرة يُسبب الإصابة بـ
- ٣- أحد طرق غش اللبن إضافة لتعديل قوامه ليصبح متجانسًا.
- ٤- انبعاث أصوات في الحديقة على الاسترخاء والهدوء.

٤ هكّر واجب:

- ما مصادر العواثر الطبيعية؟



الاختبار الثالث

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- يبعث اللون البرتقالي للنبات في الحداث على الحيوية والنشاط. ()
- ٢- يجب الضغط برفق على أي جرح ينزف بقطعة قماش نظيفة. ()
- ٣- تعبئة المشروبات في الزجاجات تُعتبر المرحلة الأولى في عملية التصنيع. ()
- ٤- العصائر الطبيعية المُعلَّبة تُصنع من عصير الفاكهة المركز والسكر. ()
- ٥- عُرزة الفرع المُستخدمة في تزيين الملابس تكون على شكل خط سميك. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- الطريقة التي تستخدمها مصر لتطبيق فكرة إعادة التدوير في الحِرَف الفنية هي
 أ حرق النفايات ب إعادة تدوير الخردة ج دفن المخلفات د تصدير النفايات
- ٢- ارتداء نظارات واقية عند الطلاء يجعلنا نتجنّب
 أ نشارة الخشب ب بقايا الطعام ج السوائل والألوان د بقايا الحديد
- ٣- تهدف لويز إيمانويل مابولو لتثقيف الناس عن
 أ الطهي ب الفلسفة ج الطب د التكنولوجيا
- ٤- يجب حفظ الطعام في درجة حرارة عند تخزينه في مَقْصِف المدرسة.
 أ منخفضة ب مناسبة ج الغليان د عالية
- ٥- اختبار اللبن يتم من طريق الغلي حتى
 أ ينضج ب يتجمّد ج يتبخّر د يتخثّر

٣) أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- يجب اختيار الوجبات المحتوية على نسبة من الدهون والملح للحفاظ على صحتنا.
- ٢- عملية تقوم بإزالة الرطوبة من الأطعمة حتى لا ينمو عليها أي عفن.
- ٣- قام الدكتور محمد أحمد غنيم بإجراء أول عملية لزراعة في مصر.
- ٤- التسويق بالإضاءة يلفت انتباه العملاء لشراء المُنتَج.

٤) فكّر وأجب:

- كيف تؤثر الخضراوات الورقية على ضغط الدم؟

الاختبار الرابع

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- المُنْتَجَات الحيوانية تحتوي على دهون غير صحيّة. ()
- ٢- معرفة تاريخ انتهاء صلاحية المُنْتَج عند الشراء لا يُعْتَبَر أمرًا ضروريًا. ()
- ٣- قام الدكتور محمد أحمد عُنيَم بإجراء بحوث علمية متقدمة على زراعة الخلايا الجذعية. ()
- ٤- نوع التربة في الحديقة يحدّد النباتات التي سنُزْرِع به. ()
- ٥- يجب أن نحرص على عدم إيذاء أيدينا عند استخدام الشاكوش. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- ممارسة يساعدنا في الحصول على نمط غذائي صحيّ.
 أ الكتابة ب الرياضة ج القراءة د ركوب السيارات
- ٢- يجب أن تكون العلامة التجارية لضمان نجاح الإعلان عن منتج.
 أ غامضة ب بارزة ج معقدة د غير واضحة
- ٣- العنصر الذي يساعد في تحديد وقت معيّن من اليوم في العرض المسرحي هو
 أ الديكور ب الأزياء ج الإضاءة د الصوت
- ٤- نحتاج إلى العصير لإزالة اللُب، والقشرة، والبذور عند صناعته.
 أ تصفية ب غسل ج هرس د رمي
- ٥- يمكن وضع الشخص الذي يتنفس ولكنه في وضعية الإنفاة.
 أ يتألم ب يشعر بالصداع ج ينزف د فاقد الوعي

٣) أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- مقياس الطاقة الذي يمدنا بها الغذاء هو
- ٢- تتم إضافة للألبان وهو مادة حافظة قوية قد تكون ضارة.
- ٣- الشراب هو الشراب المعصور مباشرة من الفاكهة.
- ٤- يجب فصل الأطعمة عن الأطعمة المطهية عند تخزين الطعام.

٤) فكّر وأجب:

- وضح استخدامات عُرْزة السراجة.



الاختبار الخامس

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- بدأ شغف نجيب محفوظ بالكتابة عندما كان عمره ١٧ عامًا. ()
- ٢- تناول الأطعمة غير المقلية قد يُسبب أمراض القلب والسكتة الدماغية. ()
- ٣- يُعتبر الدكتور مودومبا والفنانون المصريون من المنقذين لكوكب الأرض. ()
- ٤- يجب التخطيط لمساعدة الشخص المصاب حتى وصول سيارة الإسعاف. ()
- ٥- الأشخاص الذين يأكلون اللحوم والبيض يُطلق عليهم النباتيون المتوازنون. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

- ١- يُعرف فن التطريز بفنّ التزيين بـ لرسم تصميمات مختلفة على القماش.
 أ البلاستيك ب الغرز ج التزتر د الورق
- ٢- يتم الأطعمة غير المُعبأة داخل أوعية حفظ مخصصة.
 أ رمي ب تبريد ج تسخين د تخزين
- ٣- أسلوب يُستخدم لترويج المُنتجات بوضع العنصر الأكبر في المنتصف.
 أ الهرم ب التناظر ج التركيز د التوازن
- ٤- عند تصنيع الشراب يجب تعليم الخُمّال كيفية استخدام بشكل صحيح.
 أ القوالب ب الأوعية ج الآلات د الأقلام
- ٥- زيادة الأراضي الزراعية لتحقيق الاكتفاء الذاتي في مصر يعمل على تقليل عملية
 أ التصدير ب الاستيراد ج البيع د الزراعة

٣) أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- تناول وجبات بها نسبة عالية من يضر بصحة الإنسان.
- ٢- جهاز يقوم بإرسال مفتشين للتحقق من أسباب فساد المُنتجات الغذائية.
- ٣- الشراب الطبيعي يتميز بأنه على أجزاء من الفاكهة.
- ٤- الإضاءة تُستخدم بأكثر من طريقة حسب ضبطها من حيث الزاوية أو السطوع أو

٤) فُكّر وأجب:

- ما دور النافورة في الحديقة؟

الاختبار السادس

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- يجب إضافة السكر للشرب عندما يكون السائل بارداً. ()
- ٢- يجب وضع الأطعمة الساخنة والأطعمة الباردة في نفس الوعاء عند تخزينها. ()
- ٣- لا يُفضل زراعة شجرة طويلة في الحديقة بالقرب من مبنى صغير. ()
- ٤- يساعد صوت زقزقة العصافير في المسرح على الشعور أنك في الحديقة. ()
- ٥- لويز إيمانويل مابولو تفضل الاعتماد على المصادر المحلية عند طهي الطعام. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- لا يجوز استخدام الأدوات الكهربائية بالقرب من
 أ الخشب ب المسامير ج الماء د النافذة
- ٢- يُطلق على البقول والحبوب بدائل للبروتينات الحيوانية.
 أ نباتية ب غير صحيّة ج حيوانية د دهنية
- ٣- عمليات التفتيش على مصانع الأغذية تتم بشكل
 أ شهري ب سنوي ج أسبوعي د دائم
- ٤- يرى العالم هويّة أي شركة من خلال
 أ شعارها ب علامتها التجارية ج موظفيها د عملائها
- ٥- يتسبّب شُرْب في فقدان الكالسيوم الموجود بجسم الإنسان.
 أ اللبن ب العصائر الطبيعية ج الماء د المشروبات الغازية

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- عُزّة الفرع تكون على شكل خط وتُستخدم لتزيين الملابس.
- ٢- الدكتور مودومبا قام بحماية من الانتقراض.
- ٣- يدخل في صناعة العديد من المُنتجات، مثل الزيادي والجبن.
- ٤- في وضعية الإفاقة، توضع الذراع القريبة على شكل زاوية

٤ فكّر وأجب:

- لماذا يجب فتح باب الفرن أو تشغيل مروحة الفرن أثناء التجفيف بالفرن؟



الاختبار السابع

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- النمط الصحي للطعام يشمل النشاط البدني والطعام الصحي. ()
- ٢- يجب مراعاة العملاء المستهدفين عند اختيار ألوان وتصميم العلامة التجارية. ()
- ٣- الغُرزة المثالية لملء فراغ وحدة زخرفية تمهيدًا لحشوها هي غُرزة الفرع. ()
- ٤- تُعتبر البيتز من الوجبات سريعة التحضير والصحية. ()
- ٥- لا يجب فصل الأطعمة النيئة عن الأطعمة المطهية عند تخزين السلع. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- تُعدُّ أفضل مصدر للبروتين النباتي.
أ البقوليات ب اللحوم ج الدواجن د منتجات الألبان
- ٢- نشعر ب عند وجود إضاءة منخفضة على المسرح.
أ العنف ب الغموض ج التوتر د القوة
- ٣- يُفضّل تجفيف الطعام في الشمس في الأيام
أ الباردة والرطوبة ب الممطرة ج الحارة والجافة د الغائمة
- ٤- الخطوة الأولى عند تقديم الإسعافات الأولية هي
أ تنظيف الجرح ب الاتصال بالمسعفين ج وضعية الإنفاة د تقييم الوضع
- ٥- يتم الخردة وتحويلها إلى سجاد وأكياس وإكسسوارات.
أ إلقاء ب الحد من استخدام ج إعادة تدوير د حرق

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- تتسبّب الميكروبات الموجودة بالزجاجات في المشروبات وفسادها.
- ٢- إذا ظهرت رواسب بعد غلي اللبن، فهذا يعني أنه غير طازج.
- ٣- تتميز النكهة الصناعية بأنها ثمنًا من العصير الطبيعي.
- ٤- ألوان النباتات الباردة التي تبعث على الاسترخاء في الحديقة اللون الأزرق واللون

٤ فكّر وأجب:

- ما الاحتياطات الواجب اتّخاذها عند استخدام الطلاء والمواد الكيميائية؟

الاختبار الثامن

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- لا يمكننا مساعدة شخص فاقد للوعي ويتنفس. ()
- ٢- يحتاج عرض الطعام بشكل جذاب إلى بعض التفكير الإبداعي. ()
- ٣- تشجّع لويز إيمانويل مابولو المزارعين على زرع البقطين للمحافظة على خصوبة التربة. ()
- ٤- يسمّى الأشخاص الذين لا يأكلون منتجات من أي مصدر حيواني بالنباتيين الصّرف. ()
- ٥- استخدم الفنانون المصريون الخردة المعدنية لصنع منحوتات وتماثيل جميلة. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- الوجبات تحتوي على الكثير من السعرات الحرارية.
أ المشوية ب المسلوقة ج السريعة د الصحيّة
- ٢- يمكن تصميم في الحديقة للتجول بها.
أ الممرّات ب البرجولات ج المقاعد د الأشجار
- ٣- الأخطاء التي تحدث عند حفظ الطعام تُسبّب في الطعام.
أ تماسك القوام ب نمو البكتيريا ج زيادة الكميّة د زيادة الجودة
- ٤- النكهة الصناعية تُعدّ أرخص ثمنًا من العصير
أ الصناعي ب الفاسد ج غير الصحيّ د الطبيعي
- ٥- تشمل مستحضرات التجميل التي يستخدمها الممثلون على خشبة المسرح.
أ الأزياء ب الديكور ج الصوت د الإضاءة

٣) أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- تُستخدم غُرزة لتحديد الأشكال المطرّزة، مثل الأزهار.
- ٢- يجب النوافذ أثناء القيام بعملية الطلاء.
- ٣- إضافة للشراب يُطيل فترة صلاحيته.
- ٤- يتحوّل اللبن المغشوش إلى اللون عند إضافة قطرات من صبغة اليود إليها.

٤) فكّر وأجب:

- ما المقصود بالتسويق البصري؟



الاختبار التاسع

١ ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- يجب ارتداء نظارة السلامة عند القيام بنشر الخشب. ()
- ٢- أسس الدكتور محمد أحمد غنيم أول مركز في الشرق الأوسط لعلاج أمراض الجهاز التنفسي. ()
- ٣- يجب أن يتناسب تصميم الحديقة مع المباني سواء كانت عامة أو خاصة. ()
- ٤- يُعتبر تقدير الوضع هو الخطوة الأولى لتقديم الإسعافات الأولية للشخص المصاب. ()
- ٥- تُعتبر المنظمة التي أسسها مودومبا لحماية الحيوانات البرية منظمة غير هادفة للربح. ()

٢ اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- يجب استخدام لحماية الطعام من الحشرات.
- أ ورق الزبدة ب ورق الطابعة ج أكياس التغليف د أكياس القمامة
- ٢- يجب الفاكهة جيدًا في بداية تحضير العصير الطبيعي.
- أ تخزين ب غسل ج هرس د تسخين
- ٣- الألوان تعطي طابعًا غير رسمي للعلامة التجارية.
- أ الهادئة ب الحيوية ج الباردة د الداكنة
- ٤- يُستخدم حمض الستريك كنوع من المواد التي تُضاف عند حفظ الطعام.
- أ الحافظة ب الصلبة ج السكرية د المالحة
- ٥- يتسبب الإفراط في تناول في ارتفاع ضغط الدم.
- أ الخيار ب الجوز ج الخس د الملح

٣ أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- شُرِبَ الشاي بعد الأكل مباشرة يؤدي للإصابة بـ
- ٢- عُزْزِة السراجة تُستخدم في الملابس.
- ٣- يعتبر إحدى المواد الحافظة القوية التي تُضاف للخبز.
- ٤- المواد الكيميائية المستخدمة في النكهات الصناعية موجودة بشكل طبيعي في الزهور و

٤ فُكِّرْ وأجب:

- لماذا يهتم البعض بالمرشح؟

الاختبار العاشر

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- التصميمات المطرزة القديمة مستوحاة من الطبيعة والحياة اليومية. ()
- ٢- يجب التفكير في تناول الأطعمة الصحية بدلاً من الوجبات السريعة. ()
- ٣- تُصمّم ممّرات الحديقة للجلوس في الحديقة. ()
- ٤- يجب حماية السلع في مقصف المدرسة من الملوثات والجراثيم. ()
- ٥- مذاق الشراب الطبيعي مُرٌ جداً وله نكهة الفاكهة وشكله سائل صافٍ فاتح اللون. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- كَتَبَ رواية (حكمة خوفو) وهو يُعتَبَر من أبرز الأدباء المصريين.
أ نجيب محفوظ ب أحمد زويل ج مصطفى محمود د طلعت حرب
- ٢- عند خلط بالعصير لا بُدّ أن يكون العصير ساخناً.
أ الملح ب السُّكَّر ج البهارات د القرفة
- ٣- يشمل تصميم مشهد كل شيء داخل مساحة التمثيل وخارجها.
أ الإضاءة ب الصوت ج الديكور د الموسيقى
- ٤- يجب وضع الشخص فاقد الوعي ولكنه في وضعية الإنفاة.
أ لا يتنفس ب ينزف ج يتنفس د يتحرك
- ٥- أسّست لويز إيمانويل مابولو مشروع الكاكاو لمساعدة على الشعور بالأمان من الناحية المالية.
أ الطلاب ب المزارعين ج التجّار د المدرسين

٣) أكمل العبارات الآتية بالإجابات الصحيحة:

- ١- يحدث غش اللبن عن طريق إضافة لتعديل قوامه بعد نزع الماء الدهنية.
- ٢- تناول الخضراوات الورقية الخضراء يساعد على شعورنا بـ
- ٣- عند استخدام الشاكوش، يجب الدق على المسمار دقاً في البداية.
- ٤- أحد طرق حفظ الطعام التي تحتاج إلى رطوبة منخفضة وحرارة عالية

٤) فكّر واجِب:

- ما مخاطر البروتينات الحيوانية؟

اختبارات بعض المحافظات على الفصل الدراسي الثاني

محافظه القاهرة

إدارة شبرا التعليمية

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- يجب الاتصال برقم ١٢٢ لاستدعاء سيارة الإسعاف عند الإصابة الخطيرة. ()
- ٢- يمكن استخدام الأدوات الكهربائية بالقرب من الماء. ()
- ٣- يجب غلق الشبابيك عند طلاء المنزل. ()
- ٤- الأشخاص النباتيون هم الذين يختارون بدائل نباتية بدلاً من البروتينات الحيوانية. ()
- ٥- معرفة تاريخ انتهاء صلاحية المنتج عند الشراء لا يُعتبر أمراً ضرورياً. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- ممارسة يساعدنا في الحصول على نمط غذائي صحي.
أ الكتابة ب الرياضة ج القراءة د ركوب السيارة
- ٢- يمكن الجلوس على في الحديقة للاسترخاء.
أ الممرات ب الأشجار ج المقاعد د الشجيرات
- ٣- تُستخدم لتزين المفروشات.
أ الغرز ب الصلصال ج المكعبات د الحديد
- ٤- الوجبات تحتوي على الكثير من السعرات الحرارية.
أ المشوية ب المسلوقة ج السريعة د الصحية
- ٥- يدخل في صناعة العديد من المنتجات، مثل الزبادي والجبن.
أ الخضار ب اللبن ج الفاكهة د السمك

٣) صل من المجموعة (أ) ما يناسبها من المجموعة (ب):

(أ)	(ب)
١- هو أحد طرق حفظ الطعام	(أ) الجاموس
٢- هو أحد مصادر الحصول على اللبن	(ب) الخضار
٣- تحتوي الوجبة النباتية الصّرف على	(ج) التعليب
٤- الإفراط في تناول الطعام يكون سبباً في	(د) أعمال النجارة
٥- يجب ارتداء النظارات الواقية بـ	(هـ) زيادة الوزن

محافظة الجيزة

إدارة أوسيم التعليمية

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- التجفيف والتجميد أحد طرق حفظ الطعام. ()
- ٢- مادة النشا تُعتبر من المواد الحافظة التي تضاف إلى اللبن. ()
- ٣- يجب أن تصمم أزياء المسرح لوصف نوع معين من الشخصيات. ()
- ٤- يتسبب الصوت الصار من النافورة في التلوث الضوضائي. ()
- ٥- تحتوي الوجبات السريعة على سرعات حرارية منخفضة. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

- ١- وضع الطعام في خزان ذات واجهة تحمي الطعام من الحشرات.
أ خشبية ب زجاجية ج مكشوفة د حديدية
- ٢- يتم غش اللبن عن طريق إضافة
أ السمن ب السكر ج الماء د الجبن
- ٣- من مبادئ التصميم الجيد للعلامة التجارية أن يكون
أ معقدًا ب غير واضح ج سهل النسيان د بسيطًا
- ٤- يمكن ترويج المنتجات باستخدام أسلوب الذي يوضح العنصر الأكبر في المنتصف.
أ التحدث ب الهرم ج الكتابة د الضغط
- ٥- جميع ما يلي من أمثلة ألوان النباتات الدافئة التي تبعث الحيوية في الحديقة ما عدا اللون
أ الأحمر ب البرتقالي ج الأزرق د الأصفر

٣) أكمل العبارات الآتية مما بين القوسين:

(السكر - الغموض - الإبداع - الديكور - البكتيريا والعفن)

- ١- الخطأ الذي يحدث عند حفظ الطعام يتسبب في نمو
- ٢- يُعتبر من عناصر العرض المسرحي.
- ٣- التفكير يساعد على عرض الطعام بشكل جذاب وسليم.
- ٤- الإضاءة المنخفضة على المسرح تعطي شعورًا بـ
- ٥- عند إضافة إلى الشراب لا بد أن يكون العصير ساخنًا.



محافظة البحيرة



إدارة الدلائل التعليمية

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- الفواكه والخضراوات مصادر ممتازة للألياف. ()
- ٢- تناول الكثير من الوجبات السريعة لا يشعرك بالقلق. ()
- ٣- يجب عدم فصل الأطعمة النيئة عن الأطعمة المطهية داخل المقصف المدرسي. ()
- ٤- يحتوي الشراب الصناعي على ألوان ونكهات صناعية. ()
- ٥- إضافة المواد الحافظة للشرب المصنّع أمر غير ضروري. ()
- ٦- يُعتبر اللبن من المنتجات التي يسهل غشها. ()
- ٧- يجب الضغط برفق على الجرح الذي ينزف بقطعة قماش نظيفة. ()
- ٨- لا بُدّ من فتح النوافذ أثناء عملية الطلاء. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- عملية تقوم بإزالة الرطوبة من الأطعمة.
أ السلق ب الغلي ج التجفيف د القلي
- ٢- الشراب فاتح اللون ومذاقه سكري جدًا.
أ الصناعي ب الطبيعي ج الطبيعي المُعلّب د الفاسد
- ٣- الألوان مثل الأزرق والأخضر تبعث على الاسترخاء.
أ الدافئة ب الباردة ج الغامقة د الفاتحة
- ٤- أسلوب هو الأسلوب المستخدم في ترويج السلع.
أ المنتظم ب التدرج ج الهرم د الإعلان
- ٥- الشخص لا يأكل اللحوم ويأكل البيض ومنتجات الألبان.
أ النباتي الصّرف ب النباتي المتوازن ج غير النباتي د الصحي
- ٦- هي الخطوة الأولى لتقديم الإسعافات الأولية لشخص مصاب.
أ التخطيط للتدخل ب تقدير الوضع ج تقييم الوضع د الاتصال بالإسعاف
- ٧- يجب أن يتناسب مع المباني والبيئة المحيطة.
أ الطراز ب النباتات ج الحيوانات د الألوان

محافظة الإسكندرية إدارة وسط التعليمية

اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- الوجبات النباتية الصُّرْف تحتوي على
 أ البيض ب الدجاج ج اللحوم د الأرز
- ٢- المنتجات تحتوي على دهون غير صحيّة.
 أ الورقية ب الحيوانية ج البلاستيكية د النباتية
- ٣- يُعتَبَر من العادات غير الصحيّة التي يتَّبِعها الناس.
 أ شُرْب المياه الغازية ب تناول الفاكهة ج شوي الطعام د ممارسة الرياضة
- ٤- يُعتَبَر من البروتينات الحيوانية.
 أ البسلة ب الفراولة ج البيض د الخس
- ٥- وضع الطعام في خزائن ذات واجهة يحمي الطعام من الحشرات.
 أ خشبية ب زجاجية ج مكشوفة د حديدية
- ٦- تعد النكهة الصناعية أرخص ثمنًا من العصير
 أ الفاسد ب الصناعي ج غير الصحيّ د الطبيعي
- ٧- تقوم بمعالجة العصير الطبيعي والشراب الطبيعي.
 أ النوادي ب المستشفيات ج المصانع د المدارس
- ٨- عند إضافة إلى الشراب لا بُدّ أن يكون العصير ساخنًا.
 أ السُّكَّر ب الفانيليا ج البهارات د القرفة
- ٩- يتم اختبار اللبن عن طريق الغلي حتى
 أ يتبَخَّر ب يتخثَّر ج يتجمّد د ينضج
- ١٠- يقوم العمّال في المصنع بارتداء غطاء الرأس لحماية المنتجات من
 أ التبخر ب الحرق ج التلوّث د التخمر
- ١١- يجب التأكد من تاريخ اللبن.
 أ انتهاء صلاحية ب تغليف ج تعبئة د تطوير
- ١٢- عملية تجفيف الطعام تحتاج إلى درجة حرارة
 أ معتدلة ب باردة ج منخفضة د عالية
- ١٣- يجب استخدام النظارات الواقية عند القيام بـ
 أ شُرْب الماء ب عمل العصائر ج أعمال النجارة د الطهي
- ١٤- يجب أن تكون النوافذ عند القيام بعملية الطلاء.
 أ مغطاة ب مفتوحة ج مغلقة د مظلمة
- ١٥- يجب استخدام للحصول على طعام صحيّ ولذيذ.
 أ الكثير من الدهون ب الكثير من السُّكَّر ج الكثير من الملح د مكوّنات طازجة



محافظة الشرقية

إدارة بريس التعليمية

اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- يُطلق على البقول والحبوب والخضراوات بدائل
 أ نباتية
 ب منتجات الألبان
 ج دهنية
 د اللحوم
- ٢- تحتوي الوجبات على نسبة عالية من الملح والدهون والسكر.
 أ الطبيعية
 ب السريعة
 ج المخزنة
 د المغذية
- ٣- عند خلط بالعصير لا بُدّ أن يكون العصير ساخناً.
 أ الملح
 ب السريعة
 ج المخزنة
 د السكر
- ٤- يجب على ترتيب رفوف المَقْصِف ووضعها بطريقة تجذب الانتباه.
 أ الطلاب
 ب الزوار
 ج أولياء الأمور
 د العاملين بالمَقْصِف
- ٥- أولى مراحل تصنيع العصير الطبيعي هي الفاكهة.
 أ زراعة
 ب حصاد
 ج عصر
 د تعبئة
- ٦- يساعد على النمو وحماية جهازنا المناعي.
 أ الشاي
 ب اللبن
 ج العصير الصناعي
 د المشروبات الغازية
- ٧- عملية تقوم بإزالة الرطوبة من الأطعمة حتى لا تتعفن.
 أ الطهي
 ب السلق
 ج التجفيف
 د القلي
- ٨- استخدام النظارات الواقية أمر ضروري عند القيام بـ
 أ شرب الماء
 ب عمل العصائر
 ج شراء الملابس
 د أعمال التجارة
- ٩- من خطوات الضغط بقوة على الجرح بقطعة قماش نظيفة.
 أ إيقاف النزيف
 ب معالجة الحروق
 ج إفاقة المريض
 د علاج المريض
- ١٠- عمّال مصنع المشروبات يرتدون لحماية المنتج من التلوث.
 أ النظارات
 ب القفازات
 ج الحذاء
 د الجوارب
- ١١- استخدام أسطوانات عرض السلع بشكل يوفر رؤية جيدة للعملاء.
 أ عشوائي
 ب غير منتظم
 ج هرمي
 د متوازي
- ١٢- يجب أن تكون العلامة التجارية حتى لا تُنسى.
 أ مُظلمة
 ب غامضة
 ج معقدة
 د بارزة
- ١٣- تزيين المنسوجات لأغراض زخرفية تابعة لحرف
 أ التطريز
 ب صناعة الفخار
 ج التجارة
 د السباكة
- ١٤- عُُرْزة السراجة تُستخدم في جميع ما يلي ما عدا
 أ تزيين المفارش
 ب تزيين الخشب
 ج خياطة قطع القماش
 د عمل علامات على الملابس
- ١٥- رائحة الطعام الحارة تُعد دليلاً على
 أ جودة الطعام
 ب سلامة الطعام
 ج فساد الطعام
 د نضج الطعام

ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- من أنواع الغُرز غُرزة السراجة وغُرزة الفرع. ()
- ٢- تُستخدم غُرزة الفرع لتحديد الأشكال المطرزة، مثل الأزهار. ()
- ٣- عند تقطيع الخشب أو ثقبه نستخدم المسامير لتثبيت الأشياء على الطاولة. ()
- ٤- عند التعامل مع الخشب تتطاير نشارة الخشب في كل مكان. ()
- ٥- يجب أن تتم عملية التجفيف في الفرن عند درجة حرارة بين ٥٧ إلى ٩٢. ()
- ٦- عند القيام بعملية التطريز يجب أن تكون الإبرة غير حادة. ()
- ٧- يتم استخدام الإسعافات الأولية في الحالات الخطرة وحوادث السير. ()
- ٨- يجب تجفيف الطماطم في الشمس لحمايتها من التلف. ()
- ٩- يُفضّل تسخين العصير لقتل الميكروبات. ()
- ١٠- تساعد اللحوم على عملية الهضم. ()
- ١١- لون النبات الأزرق يبعث على الكسل. ()
- ١٢- يجب ارتداء نظارات السلامة وحماية العين عند التعامل مع الخشب. ()
- ١٣- يجب تشغيل مروحة الفرن عند تجفيف الأطعمة. ()
- ١٤- يتم استخدام الأدوات الكهربائية بالقرب من الماء. ()
- ١٥- عند القيام بعملية الطلاء لا يجب فتح النوافذ. ()



محافظة الفيوم

إدارة شرق الفيوم التعليمية

اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

- ١- تحتوي الوجبة السريعة التي تشتريها من المطعم على نسبة عالية من
 أ الألياف ب الدهون ج البروتينات د الفيتامينات
- ٢- وضع صورة للسلع داخل المَقْصِف المدرسي من أحد طُرُق السلعة.
 أ تصنيع ب تخزين ج عرض د تسويق
- ٣- الشراب لا يحتوي على أي فاكهة.
 أ الصناعي ب الساخن ج الطبيعي د البارد
- ٤- تناول الخضراوات الورقية الخضراء يساعد على الشعور ب
 أ الاسترخاء ب الحزن ج الغضب د التوتر
- ٥- عند تحضير العصير الطبيعي يجب أولاً الفاكهة.
 أ هرس ب تخزين ج غسل د تسخين
- ٦- يُعتبر من المواد الحافظة الضارة التي تضاف للبن.
 أ الفورمالين ب السُّكَّر ج النشا د الملح
- ٧- يُستخدم التطريز لتزيين المنسوجات لأغراض
 أ اقتصادية ب اجتماعية ج بيئية د زخرفية
- ٨- تقديم الطعام في أطباق ملوّنة يعمل على الانتباه.
 أ جذب ب تشتيت ج توزيع د تفريق
- ٩- تحرص لويز إيمانويل مابولو على استخدام المكونات أثناء الطهي.
 أ الطازجة ب المعلّبة ج الكيمائية د المخزّنة
- ١٠- لفت انتباه العملاء عن طريق الألوان لشراء المُنتَجات يُعتبر تسويقاً
 أ سمعياً ب بصرياً ج كتابياً د شفهيّاً
- ١١- ارتداء نظّارات واقية عند الطلاء يساعدنا على تجنّب المتناثرة.
 أ نشارة الخشب ب بقايا الطعام ج السوائل والألوان د برادة الحديد
- ١٢- يظهر الأشخاص في إعلانات الوجبات السريعة.
 أ سعداء ب نائمين ج غاضبين د متشائمين
- ١٣- لإزالة الرطوبة من الأطعمة حتى لا ينمو عليها أي عفن نقوم بعملية
 أ الطهي ب السلق ج الغلي د التجفيف
- ١٤- قامت مصر بزيادة مساحة الأراضي المزروعة وذلك لتحقيق الأمن
 أ المائي ب الغذائي ج الصناعي د المعلوماتي
- ١٥- تبعث أصوات في الحديقة على الاسترخاء والهدوء.
 أ السيارات ب الدراجات ج النافورة د المقاعد

محافظة أسيوط

إدارة القوقية التعليمية

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- يمكن لجهاز حماية المستهلك توقيع عقوبات على منتجي الطعام غير الملتزمين. ()
- ٢- يجب عليك استخدام الأدوات الكهربائية بالقرب من الماء. ()
- ٣- يُفضّل غلق الأبواب والنوافذ عند القيام بأعمال الطلاء. ()
- ٤- يُعدّ اللبن من المنتجات التي يصعب التلاعب فيها. ()
- ٥- يساعد استخدام أسلوب الهرم في الترويج للسلع. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- في يضاف إلى العصير الماء والسكر عند تحضير الشراب الطبيعي المُعلّب.
أ مرحلة التعبئة ب مرحلة الاختيار ج مرحلة العصر د مرحلة الفرز
- ٢- يُصنع من اللبن منتجات عديدة منها
أ الزبادي ب العصير ج الأعشاب د الأخشاب
- ٣- هو شخص لا يأكل منتجات من مصدر حيواني.
أ النباتي الصّرف ب النباتي المتوازن ج غير النباتي د جميع ماسبق
- ٤- تصدر أصواتًا في الحقائق تبعث على الاسترخاء والهدوء.
أ المباني ب الألوان ج النافورة د جميع ماسبق
- ٥- شُرّب بعد الأكل مباشرة قد يتسبّب في الإصابة بالأنيميا.
أ الماء ب الشاي ج العصير د الأعشاب

٣) أكمل المبارات الآتية ممّا بين القوسين:

(الشراب الصناعي - السعرات الحرارية - اللحوم - العاملين بالمقصف - اليومية)

- ١- مقياس الطاقة الذي يمدنا بها الغذاء هو -
- ٢- يتناولها الكثير من الناس بسبب مذاقها المُفضّل والبروتينات التي تحتوي عليها.
- ٣- يحتوي على ماء وسكر ونكهة صناعية ولون صناعي ومواد حافظة.
- ٤- يجب على ترتيب صفوف المقصف ورضها بطريقة تجذب الانتباه.
- ٥- يمكن أن تحتوي وجبة واحدة من الوجبات السريعة عن إجمالي الاحتياجات من الطاقة.



محافظة هنا

إدارة قنص التعليمية

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- تساعد الخضراوات والفاكهة في عملية الهضم. ()
- ٢- يجب تناول الوجبات السريعة طوال اليوم. ()
- ٣- الشراب الصناعي يحتوي على مواد ملوثة غير صحيّة. ()
- ٤- مصر من أكبر منتجي لبن الجاموس في العالم. ()
- ٥- يجب الحذر عند استخدام الشاكوش. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة ممّا يلي:

- ١- لا بُدّ أن يكون تصميم العلامة التجارية
 أ صعبًا ب بسيطًا ج غير ملئم د ملائمًا
- ٢- من الألوان الباردة التي تبعث على الاسترخاء
 أ الأحمر ب الأصفر ج الأزرق د الأسود
- ٣- كثرة تناول السُّكَّر يزيد من فرصة الإصابة بمرض
 أ السكري ب فقر الدم ج القلب د النحافة
- ٤- يتم غش اللبن بإضافة إليه لزيادة كميته.
 أ السُّكَّر ب الجبن ج الماء د الزيت
- ٥- يتكوّن الشراب الصناعي من ماء وسكر ومواد
 أ فواكه ب حافظة ج طبيعية د خضراوات

٣) صل من المجموعة (أ) ما يناسبها من المجموعة (ب):

(أ)	(ب)
١- البقول	(أ) مواد حافظة
٢- اللبن	(ب) من أنوات النجّار
٣- الشاكوش	(ج) لاستدعاء سيارة الإسعاف
٤- يحتوي الشراب الصناعي على	(د) يدخل في صناعة الجبن والزبادي
٥- الاتصال برقم ١٢٣	(هـ) أفضل مصدر للبروتين النباتي

محافظة أسوان

إدارة دواو التعليمية

١) ضع علامة (✓) أمام العبارة الصحيحة وعلامة (X) أمام العبارة غير الصحيحة:

- ١- يتم تجفيف بعض الخضراوات في الشمس خارجًا. ()
- ٢- اللبن يساعد على النمو ويحمي جهاز المناعة. ()
- ٣- جميع أشكال تجفيف الطعام تحتاج درجة حرارة مرتفعة. ()
- ٤- يجب استعمال ورق التغليف لحماية أصناف الطعام. ()
- ٥- البقول تحتوي على نسبة عالية من البروتين النباتي. ()
- ٦- لا تتطلب الوجبة المتوازنة خيارات بين البروتين الحيواني والبروتين النباتي. ()
- ٧- يُعتبر الغذاء الصحي المتوازن أساس الجسم الصحي والعقل السليم. ()
- ٨- الفواكه والخضراوات تساعد على عملية الهضم. ()
- ٩- الخضراوات الورقية الخضراء تساعد على عملية الاسترخاء. ()
- ١٠- من البروتين الحيواني البيض واللحوم. ()

٢) اختر الإجابة الصحيحة مما يلي:

- ١- الأشخاص النباتيون
 أ لا يأكلون اللحوم ب يأكلون اللحوم ج يأكلون الدجاج د يشربون اللبن
- ٢- الوجبات السريعة تحتوي على نسبة من السكريات والدهون.
 أ عالية ب منخفضة ج متوازنة د معتدلة
- ٣- من المواد الحافظة المستخدمة في حفظ الأطعمة
 أ الماء ب النشا ج حمض الستريك د السُّكَّر
- ٤- يظهر الأشخاص في الإعلانات
 أ مبتهجين ب غير مبتهجين ج ناثمين د محابدين
- ٥- المكسرات مصدر جيد للبروتين
 أ النباتي ب الحيواني ج المختلط د المعدني



الإجابات النموذجية



- الإجابات النموذجية عن أسئلة «اختبر نفسك» في جميع الموضوعات.
- الإجابات النموذجية عن أسئلة الكتاب المدرسي على المحاور.
- الإجابات النموذجية عن تدريبات سلاح التلميذ على المحاور.
- الإجابات النموذجية عن اختبارات سلاح التلميذ على المحاور.
- الإجابات النموذجية عن اختبارات بعض المحافظات لشهري فبراير ومارس.
- الإجابات النموذجية عن اختبارات سلاح التلميذ على الفصل الدراسي الثاني.
- الإجابات النموذجية عن اختبارات بعض المحافظات للفصل الدراسي الثاني.



عن أسئلة المحور الثالث

الإجابات النموذجية

الموضوع الخامس (ص ٢٥)

- ١- (✓) -٢ (X) -٣ (X) -٤ (✓) -٥ (✓)
- ٢- (د) -٢ (أ) -٣ (ج) -٤ (أ) -٥ (ب)
- ٣- ١- التلوث ٢- ملوثة
- ٣- الحرارة العالية ٤- هرس
- ٤- ١- فصل الفاكهة جيداً.
- ٢- لزيادة مدة صلاحيتها.

الموضوع السادس (ص ٢٩)

- ١- (✓) -٢ (X) -٣ (X) -٤ (✓) -٥ (X)
- ٢- (ج) -٢ (ب) -٣ (ب) -٤ (ج) -٥ (أ)
- ٣- ١- المادة الممنية ٢- اللبن
- ٢- الفورمالين ٤- الأبقار
- ٤- ١- يُستخدم في صناعة العديد من المنتجات، مثل الجبن والزبادي.
- ٢- لتعديل قوامه ليصبح متجانساً بعد نزع المادة الدهنية ويبدو كامل النسم.

الموضوع السابع (ص ٣١)

- ١- (X) -٢ (✓) -٣ (X) -٤ (✓) -٥ (✓)
- ٢- (د) -٢ (أ) -٣ (ج) -٤ (ب) -٥ (أ)
- ٣- ١- التجميد ٢- حفظ ٣- العفن
- ٤- ١- عن طريق تعليق الأطعمة بخيط أو وضعها على رفوف لتتعرض لدوران الهواء وتجف.
- ٢- لأن بعد هذا التاريخ لا يمكن ضمان سلامة المنتج وجودته.

الموضوع الثامن (ص ٣٨)

- ١- (X) -٢ (✓) -٣ (✓) -٤ (X) -٥ (✓)
- ٢- (ج) -٢ (ب) -٣ (د) -٤ (ج) -٥ (ب)
- ٣- ١- النظارات الواقية ٢- الشفرات ٣- الأيخرة
- ٤- ١- لحماية العينين من نشارة الخشب أو السوائل المتناثرة أثناء العمل.
- ٢- التأكد من أنها غير موصلة بالكهرباء.

الموضوع الأول (ص ٩)

- ١- (X) -٢ (✓) -٣ (✓) -٤ (✓) -٥ (✓)
- ٢- (ب) -٢ (د) -٣ (ب) -٤ (ب) -٥ (أ)
- ٣- ١- المنتجات الحيوانية ٢- البقوايات
- ٣- النباتيون الصُرف
- ٤- ١- النباتيون المتوازنون: الأشخاص الذين يأكلون منتجات الألبان والبيض، ولا يتناولون اللحوم.
- ٢- الخضراوات الورقية الخضراء.

الموضوع الثاني (ص ١٣)

- ١- (✓) -٢ (✓) -٣ (X) -٤ (X) -٥ (✓)
- ٢- (ج) -٢ (أ) -٣ (د) -٤ (أ) -٥ (د)
- ٣- ١- الشاي ٢- البيقزا
- ٣- القلب ٤- الوجبات السريعة
- ٤- ١- لأنها لذيذة وسريعة التحضير.
- ٢- عن طريق الإعلانات على شاشات التلفزيون وعلى الإنترنت وفي المجلات.

الموضوع الثالث (ص ١٧)

- ١- (X) -٢ (✓) -٣ (X) -٤ (X) -٥ (✓)
- ٢- (ب) -٢ (د) -٣ (أ) -٤ (ج) -٥ (د)
- ٣- ١- الإبداع ٢- لائق
- ٣- الحشرات ٤- عذرات
- ٤- ١- لأنها توفر الطاقة والعناصر الغذائية اللازمة لنشاط التلاميذ العملي وتساعد على التركيز.
- ٢- لجذب الانتباه وجعل الطعام يبدو شهياً.

الموضوع الرابع (ص ٢٢)

- ١- (X) -٢ (X) -٣ (X) -٤ (✓) -٥ (X)
- ٢- (ب) -٢ (أ) -٣ (ب) -٤ (د) -٥ (ب)
- ٣- ١- الصناعي ٢- الماء
- ٣- الطازج ٤- صناعية
- ٤- ١- حتى يمكن تخزينها لفترة طويلة.
- ٢- عن طريق إضافة الماء إلى العصائر.



- ٩- تقييم الوضع.
- التخطيط للتدخل.
- تقدير الوضع.
- تقديم الإسعافات الأولية.
- حتى يمكن مساعدة الشخص المصاب بقدر الإمكان حتى لا تحدث له مضاعفات.

٢ أجب بنفسك.

٣ فكر وأجب:

- ١- الاختيارات الأكثر صحة هي:
- سلطة الخضار الطازجة لأنها مصدر ممتاز للألياف والمعادن والفيتامينات.
- قطعة من الجبن لاحتوائها على اللبن الذي يساعد على النمو ويحمي جهاز المناعة.
٢- يجب القيام بعدة خطوات هي:
- الضغط بقوة على الجرح بقطعة قماش نظيفة.
- رفع اليد المبروكة إلى أعلى.
- تنظيف الجرح ثم تضميده.

٤ أجب بنفسك.

- ٥ عن طريق اتباع العادات الصحية، مثل تناول الأكل الصحي، وممارسة الأنشطة الرياضية، وتجنب العادات السيئة والمضرة.



- ١- (X) ٢- (✓) ٣- (✓) ٤- (X)
٥- (X) ٦- (✓) ٧- (✓) ٨- (✓)
٩- (X) ١٠- (X) ١١- (X) ١٢- (✓)
١٣- (✓) ١٤- (✓) ١٥- (✓) ١٦- (X)
١٧- (X) ١٨- (✓) ١٩- (✓) ٢٠- (✓)
٢١- (✓) ٢٢- (X) ٢٣- (✓) ٢٤- (✓)
١- (أ) ٢- (ب) ٣- (ج) ٤- (د)
٥- (أ) ٦- (ج) ٧- (د) ٨- (ب)
٩- (أ) ١٠- (أ) ١١- (ج) ١٢- (د)
١٣- (ج) ١٤- (أ) ١٥- (ج)

١- (X) ٢- (X) ٣- (✓) ٤- (X)

٢- (أ) ٣- (ب)

٣- (ج - أ - د - ب)

٤- لأنها ستساعده على التنفّس حتى وصول المسعفين.

٢- عند علاج الإصابات والجروح الطفيفة.

١- (✓) ٢- (✓) ٣- (✓) ٤- (X) ٥- (✓)

١- (أ) ٢- (أ) ٣- (ب) ٤- (ج)

٣- ١- طازجة ٢- الكاكاو

٣- الأمراض ٤- ضغط الدم

١- مساعدة المزارعين على أن يشعروا بالأمان من الناحية المالية

و ضمان وجود غذاء كافٍ للسكان في المستقبل.

٢- يساعد على تقليل الاعتماد على الخارج، ويوفر استدامة في الإنتاج

الغذائي المحلي.

٥ اقرأ وأجب:

١- للمكسرات، البقول والحبوب.

٢- لأنها تحتوي على نسبة عالية من السكّريات والدهون، وتحتوي

أيضاً على الكثير من السعرات الحرارية.

٣- عن طريق ترتيب الرفوف بطريقة مرتّبة ومنظمة لجعل الطعام

يبدو شهياً، واستخدام اللافتات والصور في عرض المكونات

الصحية الطازجة لجذب الانتباه.

٤- الشراب الطبيعي: هو المصنوع من عصير الفاكهة المركّز أو

خلاصة الزهور والسكّر.

أما الشراب الصناعي: فهو المصنوع من مائة ملوثة صحية،

ولا يحتوي على فاكهة.

٥- عن طريق ارتداء العمّال لغطاء الشعر والقفازات.

٦- يحتوي اللبن على نسبة عالية من البروتينات والدهون

والكربوهيدرات والفيتامينات والأملاح المعدنية.

٧- التجفيف - التجميد - البسترة - التمليح - التعليب.

٨- إصابة العينين واليد.



على المحور الثالث (ص ٥٢)

الاختبار الأول

- ١- (✓) ٢- (X) ٣- (X) ٤- (X) ٥- (✓)
- ٦- (ب) ٧- (أ) ٨- (ب) ٩- (د) ١٠- (د)
- ١١- الرطوبة ١٢- الصلاحية
- ١٣- الاكتفاء ١٤- الآلات
- ١٥- تعمل على إطالة فترة صلاحية الشراب.

الاختبار الثاني

- ١- (✓) ٢- (✓) ٣- (✓) ٤- (X) ٥- (✓)
- ٦- (ج) ٧- (د) ٨- (أ) ٩- (ب) ١٠- (ج)
- ١١- المصالح البولوية ١٢- الورقية الخضراء
- ١٣- الملح ١٤- الإصابة
- ١٥- الملح والخل فقط.

الاختبار الثالث

- ١- (✓) ٢- (✓) ٣- (✓) ٤- (X) ٥- (X)
- ٦- (ب) ٧- (ج) ٨- (ب) ٩- (ب) ١٠- (ج)
- ١١- الفاكهة ١٢- السرعات الحرارية
- ١٣- الضارة ١٤- العناصر الغذائية
- ١٥- تؤدي إلى السمعة لاحتوائها على سرعات حرارية عالية.

١- اللحوم ٢- الطاقة

٣- الرلوف ٤- درجة حرارة

٥- سُكَّرِي ٦- المواد الحافظة

٧- دمنية ٨- فقاعات

٩- المسامير ١٠- الذقن

١١- الخلايا الجذعية ١٢- الحواس الأساسية

١٣- عن طريق اختيار وجبات تحتوي على نسبة منخفضة من الطاقة والدهون والسكر والملح.

١٤- يوفر عناصر غذائية إضافية لا توجد في المنتجات الحيوانية.

١٥- لأن اللبن من المنتجات التي يسهل غشها من قبل بعض البائعين.

١٦- تساعد على عملية الهضم وتقلل من مخاطر الإصابة بأمراض القلب.

١٧- لأنه يقي الجسم من العديد من الأمراض، ويوفر الطاقة التي يحتاج إليها الجسم.

١٨- لأنها تشمل الفيتامينات والأملاح المعدنية والدهون الصحية والألياف ومضادات الأكسدة.

١٩- لجعل الطعام يبدو شهياً ومرغوباً فيه.

٢٠- لتجنب فصل المكونات فيما بعد.

٢١- لأن درجة الحرارة المرتفعة جداً قد تؤدي إلى طهي الطعام بدلاً من تجفيفه.

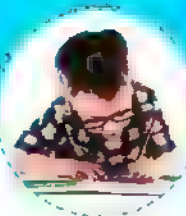
٢٢- نوع من الخلايا تُنشئ جميع أنواع الخلايا الأخرى مثل خلايا الكبد أو الكلى.

٢٣- لأن يعد هذا التاريخ لا يمكن ضمان سلامة المنتج وجودته.

٢٤- لحماية العينين من الشظايا أو القبار الناتج أثناء النشر.

٢٥- من طريق تدريب العمال على الطريقة الصحيحة لاستخدام الآلات.

٢٦- لأنها ستساعد المصناب على التنفّس حتى وصول المسعفين.



عن أسئلة الجور الرابع

الاجابة
الموضوع

٣- الفرع ٤- الخيط

- ٤- هو فنُّ الرسم بالإبرة على القماش باستخدام الضبوط المتنوعة.
٢- الإبرة والخيط وبعض المواد الأخرى، مثل اللؤلؤ والترتر.
٣- عُريزة الفرع.

الموضوع الأول (ص ٦٠)

- ١- (X) ٢- (X) ٣- (✓) ٤- (✓) ٥- (X)
٢- (ج) ٣- (ج) ٤- (د)
٣- ١- المباني ٢- المنطقة
٣- الاسترخاء ٤- الهواء النقي

- ٤- ١- نوع التربة - مناخ المنطقة - أشعة الشمس - حجم النباتات وألوانها.
٢- لأنها تمنحهم فرصة للاسترخاء والابتعاد عن ضغوط الحياة.

الموضوع الثاني (ص ٦٥)

- ١- (✓) ٢- (X) ٣- (✓) ٤- (X) ٥- (✓)
٢- (ب) ٣- (أ) ٤- (د)
٣- ١- الهادئة ٢- البصري
٣- العلامة التجارية ٤- بسيطة

- ٤- ١- من خلال استخدام الإضاءة، الألوان، والعلامات التي تجذب انتباه العملاء وتحفزهم على شراء المنتج.
٢- العلامة التجارية توضح ما تقدمه الشركة وما يميزها عن المنافسين.

الموضوع الثالث (ص ٧٠)

- ١- (X) ٢- (✓) ٣- (X) ٤- (✓) ٥- (✓)
٢- (د) ٣- (ج) ٤- (ب) ٥- (أ)
٣- ١- المنصات ٢- بصري
٢- الشخصيات ٤- قوثر

- ٤- ١- صوت زقزقة العصافير يساعد على الشعور بأنك موجود في إحدى الحدائق.

٢- كلاهما يمكن أن يصنع حالة مزاجية معينة.

الموضوع الرابع (ص ٧٥)

- ١- (X) ٢- (✓) ٣- (X) ٤- (✓) ٥- (X)
٢- (ج) ٣- (أ) ٤- (ب) ٥- (ج)
٣- ١- الإبرة ٢- زخرفية

١ اقرأ وأجب:

- ١- استنشاق هواء نقي ومشاهدة مناظر خلابة.
- أخذ قسط وثير من الراحة.
- الشعور بالهدوء والسعادة.
- الاستماع لصوت النافورة للشعور بالاسترخاء.
٢- ليتعرف العملاء على المنتج ويتقنون فيه.
٣- الإضاءة والنيكور والصوت والموسيقى وتصميم الأزياء لتعزيز العمل الفني.
٤- يُعرف بفنُّ التزيين بالفرز لرسم التصميمات المختلفة على القماش والهدف منه تزيين الملابس والمفروشات وإيصال أفكار معينة من خلال التصميمات المختلفة على القماش.
٥- ألبوم صور: للاحتفاظ بالذكريات القديمة للأسرة.
- حافظة لأعمالهم: للمحافظة على الأوراق المهمة الخاصة بهم.
٦- أجب بنفسك.
٣- أجب بنفسك.
٤- أجب بنفسك.
٥- لأنه من أسباب نجاح أي عمل.

١٢- تحويل المصائد السلوكية غير القانونية إلى منحوتات فنية للحيوانات وبيعها.

١٣- لأنه اسم جذاب ومتناغم ولاقت باللغة الإنجليزية مُمًا يساعد الناس على تذكره بسهولة.

إجابة اختبارات سلاح التلميذ

على المحور الرابع (ص ٨٥)

الاختبار الأول

- ١- (✓) ٢- (✓) ٣- (✓) ٤- (X) ٥- (X)
- ١- (ب) ٢- (د) ٣- (أ) ٤- (ج) ٥- (ب)
- ١- البصري ٢- هرمي
- ٣- المعرّات ٤- بسيطة

٤- إزالة المصائد والفاخ السلوكية من المنقزه الوطني.

الاختبار الثاني

- ١- (✓) ٢- (X) ٣- (X) ٤- (X) ٥- (✓)
- ١- (ب) ٢- (د) ٣- (ب) ٤- (أ) ٥- (ج)
- ١- الدافئة ٢- أسد
- ٣- الصوتية ٤- اللافتات

٤- تصدر أصواتًا تبعث على الاسترخاء والهدوء.

الاختبار الثالث

- ١- (✓) ٢- (✓) ٣- (X) ٤- (X) ٥- (X)
- ١- (د) ٢- (د) ٣- (ج) ٤- (أ) ٥- (ج)
- ١- البصري ٢- نجيب محفوظ
- ٣- السلوكية ٤- الحدائق

٤- هو فن الرسم بالأيرة على القماش باستخدام الخيوط.

إجابة تدريبات سلاح التلميذ المتنوعة

على المحور الرابع (ص ٨٢)

- ١- (✓) ٢- (✓) ٣- (X) ٤- (✓)
- ٥- (✓) ٦- (X) ٧- (✓) ٨- (X)
- ٩- (✓) ١٠- (X) ١١- (✓) ١٢- (X)
- ١٣- (✓) ١٤- (✓) ١٥- (✓) ١٦- (X)
- ١٧- (✓) ١٨- (✓) ١٩- (✓) ٢٠- (X)
- ٢١- (✓) ٢٢- (X) ٢٣- (✓)

- ١- (ب) ٢- (ج) ٣- (ج) ٤- (ب)
- ٥- (أ) ٦- (د) ٧- (ج) ٨- (أ)
- ٩- (ج) ١٠- (ب) ١١- (أ) ١٢- (ب)

- ١- قصير ٢- أشعة الشمس
- ٣- بسيطًا ٤- غير رسمي
- ٥- الهرم ٦- بارزة
- ٧- الأزرق ٨- القموض
- ٩- الإبرة ١٠- الفرع
- ١١- الأدب ١٢- للريح
- ١٣- منقذين

٤- ١- لأنها تمنحهم فرصة للاسترخاء والابتعاد عن ضغوط الحياة.

٢- الألوان الباردة: تعطي شعورًا بالاسترخاء والهدوء.

الألوان الدافئة: تضيف نشاطًا وحيوية للحديقة.

٣- توزع الألوان لتحوي على ١- ٣ ألوان رئيسية.

٤- الألوان الحيوية ذات طابع غير رسمي بينما الهادئة ذات طابع رسمي.

٥- تساهم في لفت انتباه العملاء لشراء المُنتَج.

٦- توفر ميزة إبراز المُنتَجات لتكون على مستوى رؤية العملاء.

٧- للتعرّف على مهنة المسرح والأساليب المسرحية.

٨- الملابس - الشعر المستعار - الإكسسوارات - مستحضرات التجميل.

٩- غُرزة السراجة.

١٠- اللؤلؤ والقرتر.

١١- بسبب براعته في تصوير الحياة الواقعية للمجتمع.

إجابة اختبارات شهر مارس لبعض المحافظات
(ص ٩٧)

١ محافظة القاهرة

- ١- (X) ٢- (✓) ٣- (✓) ٤- (✓)
٥- (✓) ٦- (✓) ٧- (✓)
٨- (1) ٩- (ج) ١٠- (د) ١١- (1)
١٢- (ب) ١٣- (ب) ١٤- (ب) ١٥- (1)

٢ محافظة الدقهلية

- ١- (✓) ٢- (✓) ٣- (X) ٤- (X)
٥- (X) ٦- (X) ٧- (X)
٨- (ج) ٩- (ب) ١٠- (ب) ١١- (ج)
١٢- (1) ١٣- (1) ١٤- (1) ١٥- (1)

٣ محافظة المنيا

- ١- (X) ٢- (✓) ٣- (✓) ٤- (✓) ٥- (X)
٦- (X) ٧- (✓) ٨- (X) ٩- (X) ١٠- (✓)
١١- (ب) ١٢- (ب) ١٣- (ب) ١٤- (ج) ١٥- (1)

إجابة اختبارات شهر فبراير لبعض المحافظات
(ص ٩٤)

١ محافظة القليوبية

- ١- (ب) ٢- (ب) ٣- (1) ٤- (ب) ٥- (ج)
٦- (ب) ٧- (ب) ٨- (1) ٩- (د) ١٠- (د)
١١- (ب) ١٢- (د) ١٣- (1) ١٤- (ب) ١٥- (د)

٢ محافظة المنوفية

- ١- (1) ٢- (ب) ٣- (ج) ٤- (ب) ٥- (د)
٦- (ج) ٧- (ب) ٨- (ب) ٩- (1) ١٠- (ب)
١١- (د) ١٢- (د) ١٣- (ب) ١٤- (د) ١٥- (1)

٣ محافظة الغربية

- ١- (✓) ٢- (X) ٣- (X) ٤- (✓)
٥- (✓) ٦- (✓) ٧- (✓) ٨- (X)
٩- (ب) ١٠- (1) ١١- (1) ١٢- (ب) ١٣- (1)
١٤- (ب) ١٥- (1)



الاختبارات سلاح التلميذ على الفصل الدراسي الثاني

الإجابات النموذجية

الاختبار السادس (ص ١٠٥)

- ١ - (X) - ١ - (X) - ٢ - (X) - ٣ - (✓) - ٤ - (✓) - ٥ - (✓)
- ٢ - (ج) - ٣ - (أ) - ٤ - (ب) - ٥ - (د)
- ٣ - ١ - رفيع ٢ - الأسد الإفريقي ٣ - اللبن ٤ - قائمة
- ٤ - لتجنب طهي الطعام.

الاختبار السابع (ص ١٠٦)

- ١ - (✓) - ٢ - (✓) - ٣ - (✓) - ٤ - (X) - ٥ - (X)
- ٢ - (ب) - ٣ - (ج) - ٤ - (د) - ٥ - (ج)
- ٣ - ١ - تخمّر ٢ - متجينة ٣ - أرخص ٤ - الأخضر
- ٤ - يجب فتح النوافذ ووضع مروحة لتهوية المكان.

الاختبار الثامن (ص ١٠٧)

- ١ - (X) - ٢ - (✓) - ٣ - (✓) - ٤ - (✓) - ٥ - (✓)
- ٢ - (ج) - ٣ - (أ) - ٤ - (ب) - ٥ - (أ)
- ٣ - ١ - الفرع ٢ - فتح ٣ - المواد الحافظة ٤ - الأزدق
- ٤ - استخدام الإضاءة والألوان والعلامات لجذب انتباه العملاء.

الاختبار التاسع (ص ١٠٨)

- ١ - (✓) - ٢ - (X) - ٣ - (✓) - ٤ - (X) - ٥ - (✓)
- ٢ - (ج) - ٣ - (ب) - ٤ - (أ) - ٥ - (د)
- ٣ - ١ - فقر الدم ٢ - تزيين ٣ - الفورمالين ٤ - الفاكهة
- ٤ - يجب البعض الذهاب إلى المسرح والامتناع بالتعرّف على مهنة المسرح والأساليب المسرحية.

الاختبار العاشر (ص ١٠٩)

- ١ - (✓) - ٢ - (✓) - ٣ - (X) - ٤ - (✓) - ٥ - (X)
- ٢ - (أ) - ٣ - (ب) - ٤ - (ج) - ٥ - (ب)
- ٣ - ١ - النشا ٢ - الاسترخاء ٣ - خفيف ٤ - التجفيف
- ٤ - الإصابة بأمراض القلب والسمنة المفرطة.

الاختبار الأول (ص ١٠٠)

- ١ - (✓) - ٢ - (X) - ٣ - (✓) - ٤ - (X) - ٥ - (✓)
- ٢ - (د) - ٣ - (أ) - ٤ - (ب) - ٥ - (ج)
- ٣ - ١ - بصريًا ٢ - النباتي ٣ - النافذة ٤ - تسخين
- ٤ - وجبات سريعة التحضير، لذينة، مثل البطاطس المقلية والبيتزا.

الاختبار الثاني (ص ١٠١)

- ١ - (X) - ٢ - (X) - ٣ - (✓) - ٤ - (X) - ٥ - (✓)
- ٢ - (أ) - ٣ - (ج) - ٤ - (ب) - ٥ - (د)
- ٣ - ١ - الكهرباء ٢ - فقر الدم ٣ - النشا ٤ - النافورات
- ٤ - عصر الفاكهة المركز أو خلاصة الزهور والسكر.

الاختبار الثالث (ص ١٠٢)

- ١ - (✓) - ٢ - (X) - ٣ - (X) - ٤ - (✓) - ٥ - (X)
- ٢ - (ب) - ٣ - (ج) - ٤ - (أ) - ٥ - (د)
- ٣ - ١ - منخفضة ٢ - التجفيف ٣ - الكلى ٤ - البصري
- ٤ - تساعد في السيطرة على ضغط الدم.

الاختبار الرابع (ص ١٠٣)

- ١ - (✓) - ٢ - (X) - ٣ - (✓) - ٤ - (✓) - ٥ - (✓)
- ٢ - (ب) - ٣ - (ج) - ٤ - (أ) - ٥ - (د)
- ٣ - ١ - السعرات الحرارية ٢ - الفورمالين ٣ - الطبيعي ٤ - النيتة
- ٤ - خياطة قطع القماش وإصلاح الملابس وتزيين الملابس والمفارش.

الاختبار الخامس (ص ١٠٤)

- ١ - (✓) - ٢ - (X) - ٣ - (✓) - ٤ - (✓) - ٥ - (X)
- ٢ - (ب) - ٣ - (د) - ٤ - (أ) - ٥ - (ج)
- ٣ - ١ - الدهون ٢ - حماية المستهلك ٣ - لا يحتوي ٤ - اللون
- ٤ - تصدر أصواتًا تبعث على الاسترخاء والهدوء.

لاختبارات المحافظات على الفصل الدراسي الثاني

الإجابات النموذجية



٦ محافظة الإسماعيلية (ص ١١٥)

- ١- (✓) ٢- (✓) ٣- (✓) ٤- (✓) ٥- (✓)
٦- (X) ٧- (X) ٨- (✓) ٩- (✓) ١٠- (X)
١١- (X) ١٢- (✓) ١٣- (✓) ١٤- (X) ١٥- (X)

٧ محافظة الفيوم (ص ١١٦)

- ١- (ب) ٢- (ج) ٣- (أ) ٤- (أ) ٥- (ج)
٦- (أ) ٧- (د) ٨- (أ) ٩- (أ) ١٠- (ب)
١١- (ج) ١٢- (أ) ١٣- (د) ١٤- (ب) ١٥- (ج)

٨ محافظة أسيوط (ص ١١٧)

- ١- (✓) ٢- (X) ٣- (X) ٤- (X) ٥- (✓)
٦- (أ) ٧- (أ) ٨- (أ) ٩- (ج) ١٠- (ب)
١١- (ب) ١٢- (أ) ١٣- (أ) ١٤- (ج) ١٥- (ب)
١٦- السعرات الحرارية ١٧- اللحم
١٨- الشراب الصناعي ١٩- العاملين بالمقصف
٢٠- اليومية

٩ محافظة قنا (ص ١١٨)

- ١- (✓) ٢- (X) ٣- (X) ٤- (✓) ٥- (✓)
٦- (ب) ٧- (ج) ٨- (أ) ٩- (ج) ١٠- (ب)
١١- (ب) ١٢- (د) ١٣- (ب) ١٤- (ع) ١٥- (ع)
١٦- (ب) ١٧- (ب) ١٨- (ب) ١٩- (ب) ٢٠- (ب)

١٠ محافظة أسوان (ص ١١٩)

- ١- (✓) ٢- (✓) ٣- (✓) ٤- (✓) ٥- (✓)
٦- (X) ٧- (✓) ٨- (✓) ٩- (✓) ١٠- (✓)
١١- (أ) ١٢- (أ) ١٣- (ج) ١٤- (أ) ١٥- (أ)

١ محافظة القاهرة (ص ١١٠)

- ١- (✓) ٢- (X) ٣- (X) ٤- (✓) ٥- (X)
٦- (ب) ٧- (ج) ٨- (أ) ٩- (ج) ١٠- (ب)
١١- (ب) ١٢- (ب) ١٣- (ب) ١٤- (ب) ١٥- (ب)

٢ محافظة الجيزة (ص ١١١)

- ١- (✓) ٢- (X) ٣- (✓) ٤- (X) ٥- (X)
٦- (ب) ٧- (ج) ٨- (د) ٩- (ب) ١٠- (ج)
١١- (ب) ١٢- (ج) ١٣- (ب) ١٤- (ب) ١٥- (ج)
١٦- البكتيريا والعفن ١٧- الديكور
١٨- الإيداعي ١٩- الغموض
٢٠- السكر

٣ محافظة البحيرة (ص ١١٢)

- ١- (✓) ٢- (X) ٣- (X) ٤- (✓) ٥- (✓)
٦- (X) ٧- (X) ٨- (✓) ٩- (✓) ١٠- (✓)
١١- (ج) ١٢- (أ) ١٣- (ب) ١٤- (ج) ١٥- (ج)
١٦- (ب) ١٧- (ج) ١٨- (ب) ١٩- (ب) ٢٠- (ب)

٤ محافظة الإسكندرية (ص ١١٣)

- ١- (د) ٢- (ب) ٣- (أ) ٤- (ج) ٥- (ب)
٦- (د) ٧- (ج) ٨- (أ) ٩- (ب) ١٠- (ج)
١١- (أ) ١٢- (د) ١٣- (ج) ١٤- (ب) ١٥- (د)

٥ محافظة الشرقية (ص ١١٤)

- ١- (أ) ٢- (ب) ٣- (د) ٤- (د) ٥- (أ)
٦- (ب) ٧- (ج) ٨- (د) ٩- (أ) ١٠- (ب)
١١- (ج) ١٢- (د) ١٣- (أ) ١٤- (ب) ١٥- (ج)